

MARZO
2025

LA CUCINA ITALIANA

DAL 1929 IL MENSILE DI GASTRONOMIA CON LA CUCINA IN REDAZIONE

**IL NOSTRO
RICETTARIO**
CURATO DA
ANTONIA
KLUGMANN

BUONI CIBI
LA FOCACCIA
DI RECCO

COME SI FA
SFILETTARE
E CUCINARE
IL ROMBO

TIRAMISÙ

**Cinque ricette stuzzicanti (anche la versione babà)
e l'omaggio al dolce più famoso delle due star
della cucina mondiale: René Redzepi e Alain Ducasse**

#LACUCINAITALIANAPATRIMONIODELLUMANITÀ





Dada Engineered

Molteni & C

vip.coop



IL PARADISO delle mele

Un sapore inconfondibilmente alpino con un mantello rosso scuro. Red Delicious: la nostra bellezza rossa.

COMPRA LE
NOSTRE MELE
ONLINE



QUANTO È BUONA LA NOSTRA CUCINA

In questo numero ci vedrete un po' cambiati. Abbiamo come mentori come Antonia Klugmann, cuoca triestina che ha curato il ricettario insieme con noi. Fulvio Marino, star della panificazione (lo vedete anche in tv con Antonella Clerici), ci ha aiutato a impastare con maggior decisione e maggiore successo. Abbiamo anche preparato una cena intera con la friggitrice ad aria, con la nostra cuoca



Sara Foschini e realizzato le ricette di un lembo (sublime) della Liguria. Tra le tante bontà c'è poi un capitolo consistente sul tiramisù (mia personale ossessione), il dolce italiano tra i più amati al mondo che celebra la sua giornata internazionale il 21 marzo. Ne abbiamo creati di nuovissimi (andare alla voce babà) e chiesto a René Redzepi, chef del Noma di Copenaghen nonché iniziatore della nuova *nordic cuisine*, e allo chef francese più stellato al mondo, *monsieur* Alain Ducasse, di inventare il loro. Un modo tangibile per celebrare la nostra identità gastronomica come patrimonio dell'Umanità. E poi, per sapere se la cucina italiana diventerà patrimonio immateriale dell'Unesco, dovremo aspettare fino a dicembre di quest'anno, quando ci sarà la votazione dell'Assemblea Generale dell'Organizzazione delle Nazioni Unite. Intanto ne parliamo con il massimo esperto italiano, il professor Pier Luigi Petrillo sulle pagine di questo giornale. E naturalmente cuciniamo insieme con voi e per voi ogni singola pagina. Buon appetito come sempre e come sempre viva la cucina italiana!

Maddalena Fossati Dondero

@mfossati@condenast.it @maddalenafossati



VI ASPETTIAMO IN EDICOLA OGNI MESE

lacucinaitaliana.it
Scoprite i video e i contenuti aggiuntivi di *La Cucina Italiana* e cercate la vostra ricetta preferita tra le tantissime che pubblichiamo ogni giorno sul nostro sito.

Per scrivere alla redazione
cucina@lacucinaitaliana.it o *La Cucina Italiana*, piazzale Cadorna 5, 20123 Milano.

In digitale
Potete acquistare la copia singola o l'abbonamento in edizione digitale sulla App *LA CUCINA ITALIANA* disponibile su Apple Store e Google Play.

Per abbonarsi
Inquadrate il QRcode o chiamate lo 02 86808080.



SOMMARIO

MARZO 2025



65

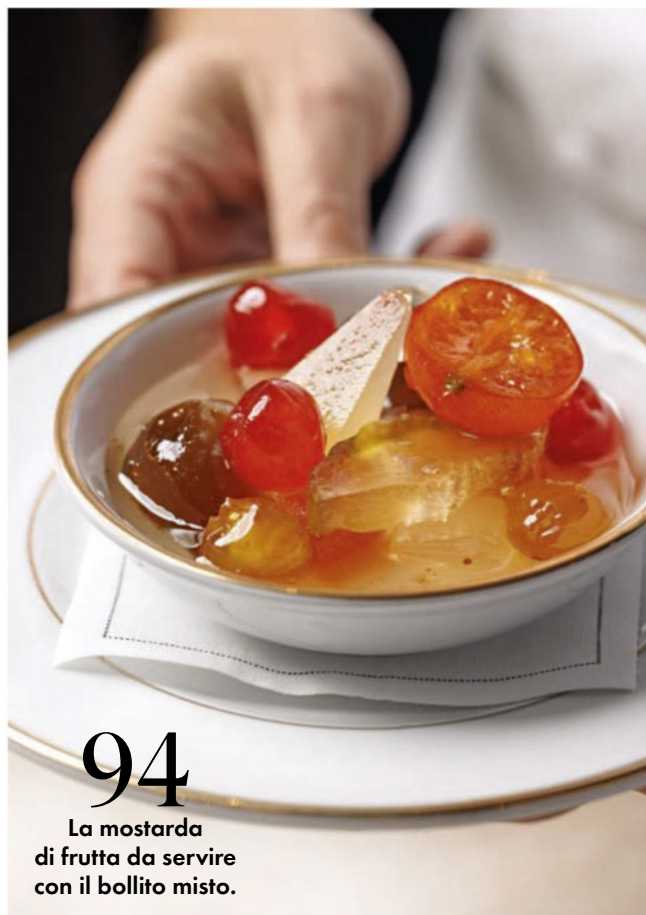
Linguine con 'nduja,
gamberi marinati
e stracciatella.



54
Antonia Klugmann
 nella cucina
 di redazione
 con tutto il team.



112
**Crumble con pere,
 fontina e speck.**



94
**La mostarda
 di frutta da servire
 con il bollito misto.**

- 3 Editoriale**
- 6 Notizie di cibo**
 Indirizzi, aperture,
 oggetti e novità per amanti
 della buona tavola
- 16 A tavola con stile**
 L'accessorio è servito
- 17 La cucina italiana
 verso l'Unesco**
 Prendersi cura degli altri
 e tramandare tradizioni:
 rituali quotidiani
- 18 La lettrice in redazione**
 Pasta con cavolfiore, porro,
 cipollotto e ricotta salata
- 20 Cibo, amore e fantasia**
 Storia e simbologia del pane
 dai Greci ai giorni nostri
- 21 Dammi il solito (cocktail)**
 Fresh Granny
- 22 Intervista doppia**
 I presidenti del Consorzio
 del Prosciutto di Parma
 e del Prosciutto di San
 Daniele a confronto
- 24 Nel bicchiere**
 I tre Master of Wine
 italiani raccontano
 i vini «zero alcol»

- 28 Le ricette delle nonne**
 Patate, riso e cozze
- 32 Ossessioni culinarie**
 Le chiacchiere:
 tredici tipi diversi
 a confronto
- 36 Mani in pasta**
 Fulvio Marino
 ci insegna a preparare
 il pane altoatesino
 con la farina di segale
- 40 Le ricette del territorio**
 Alla scoperta del Levante
 ligure, quel tratto
 di regione che va
 da Genova a Recco

RICETTARIO

A cura di
 Antonia Klugmann

- 55 Aperitivi**
- 60 Antipasti**
- 64 Primi**
- 69 Pesci**
- 73 Vegetali**
- 77 Carni e uova**
- 82 Formaggi**
- 86 Dolci**

- 90 Pranzo di festa**
 Il gran bollito misto
- 97 Speciale tiramisù**
- 98 Cinque versioni fantasia**
 di Joëlle Néderlants
- 106 Le versioni**
 di tre grandi chef:
 René Redzepi,
 Alberto Landgraf
 e Alain Ducasse
- 110 Provato per voi**
 Cinque ricette con
 la friggitrice ad aria
- 119 Come si fa**
 Sfilettare e cucinare
 il rombo

GUIDE

- 6 Che cosa cuciniamo
 questo mese**
- 6 Le misure
 a portata di mano**
- 124 Il meglio al mercato**
- 125 In dispensa**
- 126 Indirizzi**



LA FILOSOFIA CHE CI GUIDA DAL 1929

Ogni piatto nasce dalla
 nostra cucina in redazione,
 una cucina di casa
 proprio come la vostra.
 Una cuoca o un cuoco
 lo pensa e lo realizza,
 e una redattrice ne segue tutti
 i passaggi, per raccontarvi
 nel dettaglio che cosa
 dovrete fare per replicarlo.
 E dopo averlo fotografato
 lo assaggiamo e verifichiamo
 che sia all'altezza
 delle vostre aspettative.

CHE COSA CUCINIAMO QUESTO MESE

(Facile – Medio – Per esperti)

APERITIVI E ANTIPASTI

Crostini con rape e pecorino	F 30'	59
Crumble con pere, fontina e speck	F 1h	116
Focaccia di Recco	M 40' (+2h)	47
Mazzancolle marinate con vinaigrette di mela verde e spinacino	F 30'	63
Millefoglie di zucchine, pesto di crescione e ricotta mustia	F 1h (+1h)	63
Paarl	M 4h	38
Ravioli fritti di pollo con chutney di mele	M 2h30'	58
Tartellette con robiola, cipolla e timo limone	M 50'	63
Tigelle con agretti, salmone marinato e salsa olandese	M 1h30' (+13h)	58

PRIMI PIATTI & PIATTI UNICI

Gnocchi alla romana alla maniera sorrentina	F 40' (+1h)	116
Linguine con 'nduja, gamberi marinati e stracciatella	F 20'	67
Minestrone di verdure con pesto e crostini	F 1h (+12h)	67
Pansoti alla borragine con salsa di noci e finocchietto	M 1h30'	46
Pasta con cavolfiore, porro, cipollotto e ricotta salata	F 45'	18
Patate, riso e cozze	M 1h (+2h)	30
Risotto al caprino, bergamotto e aringa affumicata	F 25'	68
Spaghetti al profumo di rombo	F 1h15'	122

PESCI

Filetti di rombo con broccoli e cime di rapa	M 1h10'	121
--	---------	-----



Filetto di ombrina su patate dolci e mousse di mela	F 50'	72
Orata agli agrumi in forno	M 45'	72
Rana pescatrice con sugheretto al cocco e curry	F 35'	72
Stoccafisso «accomodato»	M 2h	46

VEGETALI

Capunet vegetariani con lenticchie e verdure	F 1h	76
Cipolle ripiene	M 45'	47
Patate arrosto con crema di yogurt alla paprica	F 1h	76
Polpettone di verdure, spinaci e caciocavallo con crema di barbabietola	F 1h45'	76

CARNI, UOVA E FORMAGGI

Arrosto di vitello con salsa al brandy e pak choy	F 1h30'	79
Cosce di pollo marinate allo yogurt e cavolini di Bruxelles	F 40' (+3h)	117
Frittata con cime di rapa e scamorza	F 45'	79
Gorgonzola con mousse di formaggio e cozze	F 30'	85
Il gran bollito misto	M 3h10' (+8h)	92
Involtoni impanati di maiale, prosciutto e fontina	F 45' (+15')	80
Mozzarella in carrozza	M 1h15'	85
Stracchino e pecorino con Marsala	F 30' (+4h)	85
Teglia di verdure con uovo	F 40'	116

DOLCI E BEVANDE

Baba-misù	M 1h10' (+2h)	103
Charlotte al tiramisù	M 1h50' (+3h)	104
Crema cotta frita	F 40' (+4h)	116
Croccante di mandorle e pinoli con cremoso limone e timo e pere al pepe	P 1h	89
Crostata-misù	M 2h15' (+3h)	105
«Diplomatica» al tiramisù	M 1h (+2h)	104
Financier al cioccolato e streusel agli agrumi	F 1h15' (+2h)	89
Fresh Granny (cocktail)	F 20' (+12h)	21
Il tiramisù di Alain Ducasse	P 1h20' (+5h)	109
Il tiramisù di Alberto Landgraf	M 40' (+6h)	108
Il tiramisù di René Redzepi	P 2h (+2h30')	107
Semifreddo al mascarpone con cuore di pan di Spagna e caffè	P 2h20' (+12h)	103
Torta della nonna con sciroppo di rose	M 1h40' (+2h)	48
Torta paradiso alla vaniglia e mele	F 1h	89

LE MISURE A PORTATA DI MANO

Per facilitare e rendere più svelto il lavoro in cucina, invece di usare la bilancia, dosate ingredienti liquidi e in polvere con tazze e cucchiaini

BICCHIERINO DA LIQUORE COLMO
60 g di acqua, vino, brodo.
65 g di latte. 55 g di olio.
50 g di zucchero.

TAZZINA DA CAFFÈ COLMA
80 g di acqua, vino, brodo. 70 g di olio.
70 g di zucchero.
50 g di farina.
40 g di grana grattugiato.

BICCHIERE DA ACQUA COLMO
200 g di acqua, vino, brodo.
220 g di latte.
170 g di zucchero.
130 g di farina.
160 g di riso.

CUCCHIAINO DA TÈ RASO
4 g di acqua, vino, brodo. 3 g di olio.
5 g di sale grosso.

4 g di sale fino.
3 g di zucchero.
2 g di farina.
2 g di grana grattugiato.

TAZZA DA TÈ COLMA
240 g di acqua, vino, brodo.
250 g di latte.
200 g di zucchero semolato. 150 g di farina.
200 g di riso.

CUCCHIAIO DA MINESTRA RASO
12 g di acqua, vino, brodo, latte.
10 g di olio. 15 g di sale grosso. 15 g di sale fino. 10 g di zucchero.
10 g di farina.
5 g di grana grattugiato.

MESTOLO RASO
120 g di acqua, vino, brodo.
125 g di latte.

PIZZICO
5 g di sale grosso.
4 g di sale fino.
3 g di zucchero.
PUGNETTO
30 g di riso.
30 g di zucchero.
25 g di farina.

"Campagna promozionale 2024" realizzata nell'ambito dell'intervento SRG010 Anno 2023 "Promozione dei prodotti di qualità" del Complemento per lo sviluppo rurale della Toscana 2023-2027, cofinanziato con il Fondo europeo agricolo per lo sviluppo rurale (FEASR).



exaltastudio.com

Olio Extra Vergine Toscano IGP

Complici da sempre.

Luisanna Messeri



GIOCA CON NOI

TEST: ABC AI FORNELLI

*Quanto ne sapete di gastronomia?
Mettetevi alla prova!*



TROVATE L'INTRUSO

*Sono tutte RICETTE PUGLIESI
tranne una, quale?*

TIELLA RISO PATATE E COZZE
SAGNE CHINE
POLPO SOTT'ACETO
CARTELLATE
CAVIATIEDDI CON LA RUCA
L'INTRUSO.....

*Sono tutti DOLCI
tranne uno, quale?*

COROLLI
SCROCCAFUSI
IRIS
FRAPPE
BIBANESI

L'INTRUSO.....

*Sono tutti FORMATI DI PASTA
tranne uno, quale?*

BAVETTE
FARFALLE
VERMICELLI
ZITI
COPPIETTE FERRARESI
L'INTRUSO.....

3. COPPIETTE FERRARESI (SONO PANININI).
2. BIBANESI (SONO GRISSINI).
1. SAGNE CHINE (SONO CALABRESI).

TESTI LAURA FORTI, FOTO ARCH. LCI

LA CUCINA ITALIANA

N. 03 - Marzo 2025 - Anno 96°

Direttore Responsabile
MADDALENA FOSSATI DONDERO

Art Director
BRENDAN ALLTHORPE

Redazione
LAURA FORTI (redattore esperto) - lforti@lacucinaitaliana.it
ANGELA Odone - adone@lacucinaitaliana.it
SARA TIENI - stieni@lacucinaitaliana.it

Ufficio grafico
RITA ORLANDI (capo ufficio grafico)

Photo Editor
ELENA VILLA

Cucina di redazione
SARA FOSCHINI
Lacucinaitaliana.it

STEFANIA VIRONE VITTOR (Senior Features and Web Editor) - svirone@condenast.it
RICCARDO ANGIOLANI - rangiolani@condenast.it
GIADA BELLEGOTTI - gbellegotti.ext@condenast.it
FABIANA SALSÌ - fsalsi.ext@condenast.it

Digital
FRANCESCA MARINO (audience development manager) - fmarino@condenast.it
MARIKA SARZI SARTORI (social media manager) - msarzi.ext@condenast.it

Styling
BEATRICE PRADA (consultant)
Segreteria di redazione
MONICA OGGIONI - cucina@lacucinaitaliana.it

Hanno collaborato

Per le ricette GIOVANNI ALLARIO, PAOLO BUSSOLINO, ALESSANDRO CABONA,
ARIANNA CONSIGLIO, ALAIN DUCASSE, SARA FOSCHINI,
EMANUELE FRIGERIO, ANTONIA KLUGMANN, ALBERTO LANDGRAF,
FULVIO MARINO, JOËLLE NÉDERLANTS, WALTER PEDRAZZI,
EMMANUEL PILON, RENÉ REDZEPI, EMANUELE SETTEL

Per i testi GIADA BELLEGOTTI, GABRIELE GORELLI, ANDREA LONARDI, SARA MAGRO,
ELISABETTA MORO, CARLO OTTAVIANO, LAURA PACELLI, PIER LUIGI PETRILLO,
ANDREA PETRINI, PIETRO RUSSO, FEDERICA SOLERA, VALENTINA VERCELLI,
STEFANIA VIRONE VITTOR, STUDIO DIWA (REVISIONE TESTI)

Per le immagini GUIDO BARBAGELATA, CHIARA CADEDDU, MAURIZIO CAMAGNA,
SOFIE DELAUW, GIOVANNA DI LISCIANDRO, VINCENT FERRANÉ,
MARTIN KAUFMANN, ANTHONY LANNERETONNE, RICCARDO LETTIERI,
DAVIDE LOVATTI, DAVIDE MAESTRI, MARIA GIULIA PIERONI, JACOPO SALVI,
MARIKA SARZI SARTORI, VALENTINA SOMMARIVA,
AG. ADOBESTOCK, AG. CONTRASTO, AG. GETTY IMAGES,
AG. LA CAMERA CHIARA, ARCH. SLOW FOOD

EDIZIONI CONDÉ NAST S.p.A.

Managing Director NATALIA GAMERO DEL CASTILLO
Deputy Managing Director CN Europe ANITA GIGOVSKAYA
Chief Business Officer FRANCESCA AIROLDI

Head of Legal Europe DANIELA PALETTI
Production Director EMEA ENRICO ROTONDI
People Director GIORGIO BERNINI
Finance Director LUCA ROLDI
Head of FP&A CRISTINA PONI

Consumer Business Country Lead ALESSANDRO BELLONI
Digital Director ROBERTO ALBANI
Head of Digital Marketing GAËLLE TOUWAIDE
Head of Data Marketing TERESA ROTUNDO
Head of Video Italy IACOPO CARAVAGGI

Advertising sales

Style Brand & Category Lead (Vanity Fair, Vogue, GQ) MICHELA ERCOLINI
Lifestyle Brand & Category Lead (AD, CN Traveller, La Cucina Italiana) CARLO CLERICI
Culture Brand & Category Lead LEOPOLDO MUZZI
CNCC Italy Director VALENTINA DI FRANCO

Digital Media Strategy Director SILVIA CAVALLI
Digital & Data Advertising Director MASSIMO MIELE

Advertising Marketing Director & Fashion, Luxury, Beauty Key Clients Advisor
RAFFAELLA BUDA

Brand & Category Regional Lead (Centre & South Italy, Wired) ANTONELLA BASILE
Fashion, Luxury & International Commercial Director, Vanity Fair & GQ Business Director
BENEDETTA BATAZZI

Beauty & Fashion Key Clients Commercial Director, Vogue Italia Business Director
EMMELINE ELIANTONIO

CPG Commercial Manager, LCI and CN Traveller Business Manager FEDERICA METTICA
Home Commercial Manager, AD Business Manager CRISTINA RONCAROLO

Sede: 20123 Milano, piazzale Luigi Cadorna 5 - tel. 0285611 - fax 028055716.
Padova, c/o Bicenter Nona Strada 23 - 35131 Padova, tel. 0285611 - fax 028055716.
Bologna, c/o Copernico via Altabella 17 - 40125 Bologna, tel. 0085611 - fax 028055716.
Roma, c/o Copernico Termini piazza Indipendenza 23 B/C - 00185 Roma, tel. 0085611 - fax 028055716.



Emilia

Lo specialista del cioccolato per i tuoi dolci.
Da sempre.



demeter

L'AGRICOLTURA CHE CURA IL PIANETA

DEMETER CONTROLLA E CERTIFICA
I PRODOTTI DELL'AGRICOLTURA BIODINAMICA

demeter.it

NOTIZIE DI CIBO

MARZO 2025

A CURA DI ANGELA Odone

IL TÈ, OLTRE IL TÈ

C'era una volta la tazza di porcellana che conteneva la bevanda calda e infusa al punto giusto, da gustare al mattino (d'obbligo l'English Breakfast Tea) o in un rito pomeridiano, con biscottini e buona compagnia. Quello che George Orwell ha definito «uno dei pilastri della civiltà» oggi vive una nuova fase di popolarità, trasversale per età e occasione di consumo. Ora il tè si mangia, si annusa, si beve nei cocktail: entra nelle cucine per arricchire ricette dolci e salate (i pancake al matcha sono un classico del brunch), diventa protagonista nel mondo della mixologist e fa concorrenza al vino: gli Sparkling Tea, prodotti con una miscela di differenti varietà e con l'aggiunta di anidride carbonica o con una fermentazione non alcolica attraggono i più curiosi e chi è attento a uno stile di vita salutare. Nell'ultimo biennio, lo Sparkling Tea del celebre magazzino londinese Fortnum & Mason ha rappresentato più di una vendita su cinque su tutte le opzioni di spumanti, inclusi gli Champagne. E, secondo Whole Foods, i tea party sono destinati a sostituire il classico happy hour a base di bevande alcoliche: il vostro prossimo brindisi? Sarà con un chai o con un London fog.

STRANO, MA BUONO!

Pera del Consorzio
Emilia Romagna Igp



Salicornia



Seirass del Fen



Lessate per 1-3 minuti la salicornia (*Salicornia europaea*) in acqua non salata, scolatela e allargatela su un vassoio per farla raffreddare. Lavate la pera e tagliatela a dadini conservando la buccia. Mescolate la salicornia con i dadini di pera e condite con olio, pepe, succo di limone e un pizzico di sale, solo se necessario. Completate con scaglie di ricotta Seirass del Fen.



L'UNIONE FA LA FORZA

*Uno chef stellato
e un'impresa sociale
creano un «buon» gin*

Ci sono incontri virtuosi, che nascono da visioni che vanno oltre l'ordinaria realtà. Quello tra Antonio Guida, chef del ristorante Seta all'hotel, due stelle Michelin al Mandarin Oriental di Milano, e Davide Macchi, fondatore dell'impresa agricola sociale Pappaluga, è cominciato con una fornitura di ortaggi biologici coltivati a Gemonio, nel Varesotto da 15 ragazzi con disabilità cognitive, intellettive e relazionali che qui trovano un lavoro e uno stipendio dignitoso.



Il passo successivo è stata la creazione di un gin con botaniche e spezie di altissima qualità distillato da Cillario&Marazzi e ispirato al Risotto con polvere di lampone e crema di erbe dello chef. Da provare in due modi: quasi un piatto nella versione rosa e verde di Guglielmo Miriello, bartender del Mandarin Oriental, o semplicissimo con ghiaccio e scorza di limone. SARA MAGRO mandarinoriental.com; pappaluga.it

GOLOSO CHI LEGGE



Dai caffè di fine Ottocento ai cocktail bar di oggi, in un viaggio tra aneddoti e ricette storiche: da provare subito quella del Claret Cup scritta da Pellegrino Artusi. D. Maura, *Storia del bar in Italia*, Edizioni LSWR, 32,90 euro



Siete ancora alla ricerca dell'anima gemella? Ecco come sceglierla: osservate le preferenze a tavola e nel bicchiere e andrete a colpo sicuro. F. Negri e A. Mazzotti, *Uomini a la carte*, Leonardo J. Edizioni, 19,90 euro



Un ragazzo creolo figlio di schiavi, sull'isola di Bourbon, scopre come impollinare la pianta di vaniglia. Un romanzo dolce ed emozionante come i suoi semi. G. Bélem, *Il frutto più raro*, Edizioni e/o, 18 euro

VOGLIA DI PRIMAVERA

*Sulla tavola e in casa, oggetti
che portano una ventata di freschezza*

Le giornate si allungano, la luce si intensifica. Pensare alla primavera ci fa sentire meglio. Si scatena la voglia di stare all'aperto, di tavolate conviviali sotto il pergolato, di colori delicati e decorazioni floreali. Per portare una ventata di freschezza in casa, basta un nuovo servizio in stile provenzale. Parentesi provenzale

è infatti una delle linee della collezione Primavera/Estate di Maisons du Monde, che spazia dalle lampade e i cesti in materiali responsabili ai vasi e tappeti esotici, alle avventure anni Settanta con divani, poltrone, piantane e tavolini in materiali innovativi con linee pulite ed essenziali. S.M. maisonsdumonde.com



UNA CITTÀ, TANTI MUSEI

La tradizione gastronomica di Parma si racconta anche attraverso i suoi Musei del Cibo, da quello della Pasta e quello del Pomodoro a Collecchio, a quello del Culatello a Polesine, e del Fungo Porcino a Borgotaro. Sono in tutto nove e prevedono attività anche per i bambini. S.M. museidelmicio.it



IL RISTORANTE



A pochi passi da Fondazione Prada, Fondazione ICA e da quello che sarà lo Scalo di Porta Romana, ha aperto un nuovo spazio di rigenerazione urbana, che ha riportato in vita un'area di circa tremila metri quadrati. Nei primi anni del Novecento qui sorgeva un deposito di ossigeno, oggi è invece un «contenitore» che porta ossigeno a chi lo occupa in tre diverse formule.

Il ristorante Lubna Listening Bar è il cuore pulsante del progetto: la sala è dominata da un bancone lungo 15 metri, che ospita postazioni per cocktail, tavoli e cucina a vista.

Il menù I piatti, firmati dallo chef stellato Enrico Croatti e dal bar manager Giovanni Allario, noti per il loro successo con Moebius, privilegiano le cotture alla brace, come la lasagna su brace di legna (foto in alto). I cocktail, suggeriti in abbinamento, sono pensati come un'estensione della gastronomia.

L'area eventi A completare l'offerta c'è Magma, una location modulare, che può ospitare fino a mille persone, e la galleria d'arte Scaramouche, concepita per dare visibilità ad artisti internazionali perlopiù emergenti. Milano, città futura, passa anche da qui. LAURA PACELLI



A sinistra, il primo Salotto Culinario da Eataly Smeraldo a Milano; sotto, lo chef Davide Oldani e Fulvio Marino, mugnaio panificatore.



STATE CON NOI

Come nasce una ricetta di La Cucina Italiana? Scopritelo al Salotto Culinario di Eataly con il direttore Maddalena Fossati, lo chef Davide Oldani e il mugnaio panificatore Fulvio Marino

Il prossimo appuntamento nei rinnovati spazi di Eataly Smeraldo a Milano è fissato per lunedì 24 marzo, alle ore 18, con un nuovo talk del ciclo Salotto Culinario. Titolo di questa puntata è *Un giorno dentro il giornale*: vi racconteremo il lavoro «dietro le quinte» a *La Cucina Italiana*, il mensile di cucina più antico d'Italia. Durante il talk, verrà realizzata una ricetta dalla cuoca di redazione Sara Foschini, mentre la stylist Beatrice Prada allestirà il set per gli scatti fotografici

e la social media manager Marika Sarzi Sartori produrrà i video per i canali social. Il team di *La Cucina Italiana* dialogherà con il direttore Maddalena Fossati, lo chef Davide Oldani e il mugnaio, panificatore volto della tv, Fulvio Marino, spiegando non solo trucchi e tecniche per cucinare la pasta in modo più sano ed ecologico, ma anche dando consigli sullo stile della tavola e su come realizzare immagini perfette per i vostri canali social. Vi aspettiamo! v.v.



GIOVANE GLORIA

Con il suo cuore di carciofo, Edoardo Tizzanini (al centro nella foto con i giurati), 29 anni, sous chef del ristorante trisstellato Da Vittorio, ha vinto la finale italiana di S.Pellegrino Young Chef Academy Competition. E si prepara a rappresentare la nostra nazione alla finale del prestigioso concorso under 30, il prossimo ottobre, davanti a una giuria composta dalle figure più influenti della gastronomia mondiale. S.M. sanpellegrinyoungchefacademy.com



NON TOCCARE

Frutta, verdure e cibo sono tra i protagonisti delle meravigliose tele di Michelangelo Merisi e raccontano l'alimentazione (piuttosto sana) della sua epoca. Vieni voglia di prenderli e mangiarli tanto sono veritieri. Accontentatevi di ammirarli nella grande mostra *Caravaggio 2025*, dal 7 marzo a Palazzo Barberini, a Roma, con 20 opere di cui due riscoperte. S.M.



QUANDO L'ITALIA C'È

Al British Museum di Londra si è celebrato il Parmigiano Reggiano più buono del mondo

Dopo il debutto a Parigi l'anno scorso in ambasciata, si è svolta a Londra la nuova edizione del Casello D'Oro Awards, il riconoscimento che il consorzio del Parmigiano Reggiano attribuisce al migliore tra i migliori dei suoi formaggi per struttura e profilo aromatico. Tutto è iniziato con un tasting guidato da Simone Ficarelli, maestro assaggiatore del consorzio, e i più grandi degustatori internazionali come Cathy Strange di Whole Food e Carlos Yescas, Cornelia Poletto e il celebrity chef nel Regno Unito Gennaro Contaldo (e sì, c'ero anche io), e abbiamo individuato the best of the best

nella categoria 24 mesi. La qualità del formaggio era eccellente anche perché era già frutto di una selezione strettissima avvenuta nei cinque territori tipici: Parma, Reggio Emilia, Modena, Mantova e Bologna. Nel corso della serata al British Museum, tra la stele di Rosetta e i sarcofagi dei faraoni, eccoci alla premiazione. L'Oscar del Parmigiano è andato sia per struttura sia per profilo aromatico ad Alessia Zini del caseificio 4 Madonne, di Varana di Serramazzone. È il suo il Parmigiano Reggiano più buono del mondo. M.F.D.



In alto: la premiazione con la giuria, la vincitrice Alessia Zini e Nicola Bertinelli, presidente del consorzio, e Simone Ficarelli (foto accanto). Qui sopra, Carmine Forburo, Maddalena Fossati e Carlos Yescas; a destra, l'ambasciatore Inigo Lambertini.



L'ACCESSORIO È SERVITO

Versatili e divertenti, dal cappello alla borsa, al cellulare. Ma al ristorante dove metterli?



Immagine tratta da *La Cucina Italiana* giugno 1961.

«Per essere eleganti non basta un bel vestito, bisogna soprattutto accompagnarlo con dei cappelli graziosi e degli accessori raffinati», scrive Astrea nel maggio 1937 su *La Cucina Italiana*. Un consiglio molto attuale: meglio rinvivare con dettagli inaspettati capi già in possesso piuttosto che comprarne di nuovi, infatti il 2025 è l'anno della *No Buy Challenge*, che fa bene al portafoglio e al Pianeta. Largo quindi a cappelli e borsette, bijoux e bigiotteria, spille e fiori. Ciò detto ci avviamo al ristorante, per poi avere (forse) l'imbarazzo di dove sistemare gli accessori. Iniziamo con la borsa, se a tracolla può essere appesa alla spalliera, tra schiena e schienale della sedia, se piccina. Secondo Fiammetta Fadda, dal numero di marzo 2020, si intende essere affare dell'oste, che se ne occuperà offrendo uno sgabello per appoggiarla oppure «i brutti ma pur comodi ganci sono comunque meglio di niente». Il cappello: è buona regola toglierlo al bar o al ristorante, specie durante i pasti. La soluzione migliore è lasciarlo in guardaroba. E l'accessorio del secolo? «Il cellulare a tavola non deve esistere: né silenzioso e appoggiato sul tavolo, né tenuto in grembo per occhiate clandestine, né con vibrazione attivata», sentenzia Fadda nel marzo 2019. E non possiamo essere più d'accordo. Basta #foodporn, il buon cibo va gustato, non fotografato. A CURA DI STEFANIA VIRONE VITTOR E MARIA GIULIA PIERONI



1. Design di Marcantonio per **Seletti** Pineapple Ceiling lamp, Vitamin Collection, seletti.it; 2. Set strofinacci con ricetta di **Burberry**, burberry.com; 3. Caraffa a forma di pomodoro, **Primark**, primark.com; 4. Figurine Idyllia Ape e Ciliegia di **Swarovski**, swarovski.com; 5. Quaderno **Limoni Issimo X Choosing Keeping**, issimoissimo.com; 6. Borsa **Moschino** su Zalando a forma di pane rosetta, zalando.it; 7. Alzatina Bordallo Pinheiro dipinta a mano Cabbage su **Westwing**, westwing.it; 8. Weekend **Max Mara**, Pasticcino Bag a cesto di Weekend With Ashley Park, weekendmaxmara.com; 9. Ravanelli in ceramica alle orecchie, Veggie Earrings di **Murava**, muravaceramics.etsy.com; 10. Di **Simon Cracker** le Banana Shoes, simoncrackermilano.com; 11. **Pandora** charms, avocado in argento smaltato, pandora.net; 12. Mini Basket - Natural Straw handbag di **Halite**, halitejewels.com; 13. Piatti per aperitivo Mano e Verdura in porcellana dipinta a mano di **Fornasetti**, fornasetti.com



RITUALE QUOTIDIANO

*Prendersi cura degli altri,
tramandare le tradizioni e le proprie radici:
ecco che cos'è la cucina italiana*

DI PIER LUIGI PETRILLO

Perché la cucina italiana è stata candidata all'UNESCO e cosa significa?

A partire dal 2003, l'organizzazione delle Nazioni Unite che si occupa di educazione, scienze e cultura, ha promosso una lista di patrimoni culturali immateriali, ovvero di tradizioni, pratiche, rituali, saper fare che, tramandandosi di generazione in generazione, assolvono a una precisa funzione sociale per una certa comunità, definendone l'identità culturale. Oggi questa lista conta 788 elementi provenienti da 150 Paesi. Ed è in questa lista che la cucina italiana è stata candidata e alla fine del 2025 sapremo se otterrà il riconoscimento.

Secondo il dossier di candidatura, la cucina italiana è un rituale quotidiano in cui la preparazione del pasto non è finalizzata al soddisfare un bisogno fisico ma è un modo di prendersi cura degli altri, di raccontare se stessi, di scoprire, riscoprire e tramandare le tradizioni di famiglia e le proprie radici, di condivisione, di discussione. Quante volte preparando un piatto abbiamo discusso con qualcuno che voleva seguire una ricetta diversa? E a tavola, quante volte commentando la preparazione di un cibo, ne abbiamo proposto una versione diversa? «Cosa posso preparare per cena?» è la domanda che ricorre sempre nelle nostre famiglie come fosse un linguaggio criptato d'amore.

Ci viene spesso detto che gli italiani parlano sempre di cibo: ed è vero, perché, come sottolinea il dossier, il cucinare appartiene alla cultura nazionale ma non rappresenta una cultura monolitica e cristallizzata nel tempo e nello spazio; all'opposto, essa è costantemente permeata da altre culture, da lingue e religioni diverse, da diversi e innovativi modi di preparazione. Per questo la cucina italiana è un mosaico dei tanti saperi locali, territoriali, che, senza gerarchie, la declinano e la connotano. Per questo il cucinare è una festa quotidiana anche quando non c'è niente da festeggiare, un rituale che include ogni diversità senza appiattirla ma, all'opposto, valorizzandola. Ecco perché la cucina italiana, a prescindere dall'UNESCO, è e sarà sempre un patrimonio dell'umanità.



Pier Luigi Petrillo

È professore ordinario di diritto comparato dei beni culturali e Direttore della Cattedra UNESCO sul patrimonio culturale immateriale presso l'Università degli Studi di Roma Unitelma Sapienza. È stato il primo italiano a presiedere l'Organo degli esperti mondiali ICH UNESCO ed è l'autore di numerosi dossier di candidatura nelle Liste UNESCO.

MA CHE BRAVA QUESTA CUOCA

Un'appassionata di cucina che ci legge con affetto è venuta da noi a preparare la sua pasta semplice, «vegetale» e allo stesso tempo appetitosa. Perfetta anche per chi non ama un certo ingrediente...

RICETTA **SAUDIA CASTAGNA**, TESTI **LAURA FORTI**, FOTO **MAURIZIO CAMAGNA**, STYLING **BEATRICE PRADA**



Un grande amore per la cucina e per *La Cucina Italiana* e... un'amica attenta: così Saudia Castagna è arrivata nella nostra redazione, grazie all'iniziativa di Patrizia Urso che, cercando un regalo originale per lei, ha scritto alla nostra segreteria candidandola come «lettrice in redazione». Saudia arriva dalla Brianza, ma ha vissuto a lungo in Liguria, al confine con la Toscana. Tecnica radioterapista di professione, si dedica appena può all'enogastronomia, in tutti i suoi aspetti (viaggi compresi), che condivide con il marito: è proprio lui l'ispiratore del piatto che Saudia ha cucinato con noi. «A Stefano non piacciono i cavolfiori, ma così, in questa pasta, ho trovato il modo di farglieli apprezzare: il sapore si armonizza con gli altri ingredienti, senza essere così prepotente. Attenzione a scegliere una buona ricotta salata, la pugliese è ideale, per una pasta cremosa e più golosa».

PASTA CON CAVOLFIORRE, PORRO, CIPOLLOTTO E RICOTTA SALATA



Impegno Facile
Tempo 45 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

500 g cavolfiore a cimette
300 g pasta
150 g ricotta salata pugliese
2 cipollotti – 1 porro
olio extravergine di oliva
sale – pepe



Mondate i cipollotti e tagliateli a fettine, conservando la parte più tenera del verde.

Pulite il porro e tagliatelo a rondelle.

Cuocete i cavolfiori in acqua bollente per circa 15 minuti; scolateli con una schiumarola conservando l'acqua per poi cuocervi la pasta. Devono restare un pochino consistenti.

Rosolate in un'ampia padella il porro insieme ai cipollotti, con un pizzico di sale, per circa 5 minuti; aggiungete i cavolfiori e cuocete per altri 10 minuti, con un'altra presa di sale.

Cuocete intanto la pasta nell'acqua del cavolfiore, dopo averla salata (ed eventualmente rabboccata) e scolatela.

Grattugiate finemente 50 g di ricotta e tagliate a scaglie la rimanente.

Versate la pasta nella padella dei cavolfiori; mescolatela per insaporirla bene, aggiungendo la ricotta grattugiata fine.

Servite la pasta completandola con un filo di olio, la ricotta a scaglie, il verde del cipollotto tritato finemente e una macinata di pepe.





IL PANE UNISCE

I Greci lo consideravano la materia prima dell'umanità. Il cristianesimo lo sacralizza e diventa un peccato sprecarlo. Un'eredità ancora viva in tutti noi

DI ELISABETTA MORO

Il pane è l'ingrediente essenziale della nostra umanità. Perché è il simbolo della nutrizione, della condivisione, delle relazioni che creiamo quando ci mettiamo a tavola con altri. Ma anche quando sbocconcelliamo un panino con gli amici in riva al mare, in ufficio con i colleghi, al parco giochi con i figli. Non a caso gli antichi Greci, che continuano a parlare attraverso di noi, usavano un termine illuminante per indicare gli uomini. La parola era *artophagoi*, letteralmente mangiatori di pane. Come dire che solo chi mangia il pane è umano fino in fondo. Tutte le altre specie, compreso Polifemo, il ciclope con un solo occhio, sono lontane dal senso di appartenenza alla società. Che non è fatta solo da individui, ma da persone legate le une alle altre da un vincolo solidale.

Lo rivela anche la parola compagni,

dal latino *cum-panis*, che indica coloro che si dividono il pane. A pensarci bene, quando lanciamo un pezzetto di rosetta e il nostro cane se lo divora al volo, proviamo la piccola gioia di sentirlo più vicino a noi.

A questi antichi simboli il cristianesimo ha sovrapposto i suoi. Perché ha legato questo alimento alla vita di Gesù. Tanto che un grande uomo di fede come Pietro Crisologo dice che Cristo è come «il pane che, seminato nella Vergine, lievitato nella carne, impastato nella passione, cotto nel forno del sepolcro, conservato nella chiesa, portato sugli altari, somministra ogni giorno ai fedeli un alimento celeste». Insomma, il Nazareno è la messe che diventa Messia. Ecco perché per credenti e non credenti il pane ha qualcosa di sacro. E di conseguenza è peccato sprecarlo.

Un'ulteriore conferma della sua sacralità viene dalla credenza superstiziosa che il pane rovesciato porti male. Derivante dall'usanza medievale di girare sottosopra le pagnotte per i boia e gli assassini. Trafficanti di morte, da tenere ai margini della comunità. Così se il pane dritto unisce, quello rovescio divide. Ecco spiegata quella positività che riaffiora all'improvviso come un pop up, quando il profumo di pane ci rende felici. ■



Elisabetta Moro
Professore ordinario di Antropologia culturale e di Storia della gastronomia dei Paesi mediterranei all'Università di Napoli SOB. Condirettrice del Museo Virtuale della Dieta Mediterranea. Autrice del libro *Mangiare come Dio comanda*, Einaudi.

FRESH GRANNY

Un cocktail che gioca sull'acidità rinfrescante del lime e della mela verde in accordo con la grinta del gin e il calore del whisky

DI ANGELA ODONE

La ricetta

40 ml gin o vodka
7,5 ml whisky torbato
5 ml succo di lime fresco
3 mele verdi tipo Granny Smith
zucchero semolato – limone
ghiaccio – pepe nero

Preparate uno sciroppo di mela: sbucciate e tagliate a cubetti 2 mele, pesatele, mettetele in un contenitore ermetico e copritele con una quantità di zucchero pari a $\frac{1}{3}$ del loro peso. Lasciate riposare 12 ore mescolando ogni tanto, poi filtrate. Poco prima di miscelare il drink preparate la decorazione: ricavate dalla terza mela delle fettine sottili, poi ritagliatele in piccoli dischi (Ø 2 cm). Bagnateli con succo di limone in modo che non si anneriscano e teneteli da parte. Raccogliete in un mixing glass con ghiaccio 25 ml di sciroppo di mela filtrato, il gin (se preferite, potete sostituirlo con la stessa quantità di vodka), il succo di lime e il whisky. Mescolate per 12-15 secondi per diluire e raffreddare, poi filtrate in un bicchiere basso con un grosso cubo di ghiaccio. Decorate il cubo di ghiaccio con i dischi di mela e spolverizzate con pepe nero.



GIOVANNI ALLARIO

Nasce in Venezuela, cresce a Genova, studia Disegno industriale, si trasferisce a Parigi dove inizia la sua carriera presso Danico e Le Syndicat. Dal suo rientro in Italia nel 2022 è bar manager del cocktail bar del Moebius Milano e da poco anche del nuovissimo Lubna, sempre a Milano.

UGUALI E DIVERSI

Le differenze esaltano la bontà del Prosciutto di Parma e del Prosciutto di San Daniele: il diverso microclima durante la produzione e il mantenere o no lo zampino nella coscia lavorata DI CARLO OTTAVIANO



ALESSANDRO UTINI
62 anni, è presidente da due mandati del Consorzio del Prosciutto di Parma. Uno dei prodotti simbolo del Made in Italy: 130 aziende, 7,5 milioni di prosciutti per un valore all'origine di 850 milioni di euro. 50 mila addetti nella filiera.



NICOLA MARTELLI
46 anni, da poco presidente del Consorzio del Prosciutto di San Daniele. Il suo obiettivo: consolidare l'export (adesso il 19% delle 2.600 cosce prodotte) e valorizzare i principi di qualità, tradizione e sostenibilità del San Daniele.

1. Le origini «Nel II secolo a.C. i Romani già parlavano dei prosciutti del nostro territorio. Da allora le testimonianze in arte e letteratura si sono moltiplicate».

2. Il territorio «In un'area, prevalentemente collinare e montana della provincia di Parma, caratterizzata da un microclima perfetto per la stagionatura dei prosciutti».

3. Perché unico? «Per la sua tradizione millenaria e un saper fare senza eguali, che le persone del nostro territorio tramandano di generazione in generazione».

4. Il suo segreto? «La semplicità di un capolavoro che stupisce: due soli ingredienti (cosce di suino italiano e sale marino), zero additivi e conservanti, solo esperienza e tanto tempo».

5. Il gusto «Inconfondibile dolcezza e un bouquet aromatico reso profondo e sfaccettato dalla stagionatura. In bocca note burrose, di frutta secca».

6. Le differenze «La più evidente è nell'aspetto: il Prosciutto di Parma ha la tipica forma a coscia di pollo, tondeggianti e senza piedino».

7. Cosa apprezza dell'altro «I profumi che arrivano dal suo territorio, dominato da paesaggi incantevoli e di grande suggestione».

8. Perché in cucina «Per il sapore delicato, dolce e avvolgente che lo rende perfetto in infinite preparazioni. Lo abbiamo messo alla prova anche nei dolci, con risultati incredibili».

9. L'abbinamento ideale «Perfetto con melone, fichi, asparagi, ma anche frutta esotica. Dà il meglio in compagnia, con un calice di bollicine e l'irrinunciabile torta frita».

10. Il futuro «La tradizione deve raccogliere le sfide di un mondo che si evolve: transizione ecologica e formazione delle nuove generazioni sono ora tra le nostre priorità».

1. Le origini «Davvero molto antiche: abbiamo testimonianze dall'XI secolo a.C. Il Consorzio è stato il primo tra i salumi, essendo nato nel 1961».

2. Il territorio

«Lo produciamo unicamente nel cuore del Friuli-Venezia Giulia, nella città di San Daniele, che gode di uno speciale microclima».

3. Perché unico?

«Assolutamente irripetibile grazie al tradizionale processo produttivo e proprio per il microclima, fondamentale per la stagionatura del prosciutto».

4. Il suo segreto?

«Ci piace dire che "il segreto del San Daniele è a San Daniele". Oltre alla città di lavorazione, la sua tipica forma che assomiglia a una chitarra».

5. Il gusto «È delicatamente dolce, con un retrogusto più marcato; l'aroma è fragrante e caratteristico in base alla stagionatura».

6. Le differenze «Il nostro prosciutto è prodotto in un solo comune, ha una forma pressata e mantiene per tutto il processo produttivo lo zampino».

7. Cosa apprezza dell'altro «L'essere rappresentazione delle eccellenze italiane nel mondo. Assieme a noi».

8. Perché in cucina «Per tante ragioni: è buono, sano e fa bene. È possibile utilizzarlo al naturale per esaltare ogni piatto oppure per sperimentare nuove proposte».

9. L'abbinamento ideale «Emerge nella sua semplicità, con un grissino o una fetta di pane. Si abbina a qualsiasi frutta e verdura, con un calice di Friulano, Ribolla Gialla e tutti i vini bianchi secchi».

10. Il futuro

«L'evoluzione sarà sul fronte tecnologico – come la tracciabilità – e sul rispetto del territorio e della qualità, sempre a tutela del consumatore finale».

Un tesoro



Quando trovi una Pink Lady®, non la lasci più.

Lavoro manuale e cura minuziosa durante tutto il ciclo di vita della mela sull'albero, raccolta a piena maturazione, controlli sulla qualità... I nostri produttori si impegnano in un lavoro certosino per assicurarti un piacere intenso e naturale.

Scopri i nostri
impegni sostenibili



Pink Lady®, cosa farà per te oggi?



VINO ZERO ALCOL

Se ne sente parlare sempre più spesso, tra detrattori ed entusiasti. Abbiamo chiesto tutto quel che c'è da sapere sul tema ai tre Master of Wine italiani, Gabriele Gorelli, Andrea Lonardi e Pietro Russo, che da questo mese inaugurano con noi una nuova rubrica

A CURA DI VALENTINA VERCELLI

Lo scorso 18 dicembre il ministro dell'Agricoltura Francesco Lollobrigida ha firmato il decreto che permette di produrre anche in Italia vini privati totalmente o parzialmente dell'alcol. Le bevande così ottenute si potranno chiamare vino. Per questi prodotti è stato coniato l'acronimo "NoLo", ovvero No e Low Alcohol. Come vengono realizzati? Vale la pena di assaggiarli? L'abbiamo chiesto ai tre Master of Wine italiani, Gabriele Gorelli, Andrea Lonardi e Pietro Russo.

«I vini low alcohol (a basso contenuto alcolico) e no alcohol (con alcol inferiore allo 0,5%) sono prodotti riducendo significativamente l'alcol attraverso tecnologie specifiche», spiega Gabriele Gorelli. «Finora, in Italia, la legislazione identificava questi prodotti

come “bevande”, che non potevano essere etichettate come “vino”; il decreto Lollobrigida permette ora di produrli e riconoscerli ufficialmente, con maggiore chiarezza normativa e opportunità di mercato: ora sarà possibile mantenere un legame più forte con le denominazioni e i vitigni originari».

Come si producono?

«I processi autorizzati per la dealcolazione totale o parziale dei vini sono riassumibili in due categorie», spiega Pietro Russo. «Le tecniche per distillazione e le tecniche a membrana. La distillazione sfrutta la volatilità della molecola di etanolo, che viene fatta evaporare e allontanata dal vino; questo processo, tuttavia, tende a estrarre anche le sostanze aromatiche, che dovranno essere “catturate” e reintrodotte nel vino. Le tecniche a membrana impiegano dei materiali sottili dalle caratteristiche “speciali”, che permettono di separare l'alcol dal vino tramite l'applicazione di pressioni elevate o differenze di concentrazione. Anche in questo caso il contenuto in aromi e altri composti può risultare influenzato dal trattamento. Lo “Spinning Cone”, tecnologia già impiegata in campo alimentare per la preparazione di concentrati e l'estrazione di aromi e alcol da bevande fermentate, è oggi quella più diffusa a livello industriale per la dealcolazione totale o parziale dei vini. L'impianto prevede il passaggio di uno strato molto sottile di vino attraverso una serie di coni rotanti, dove l'alcol evapora velocemente, in condizioni di sottovuoto, a 20 °C. Gli aromi vengono intrappolati durante le prime fasi del trattamento, per essere reintrodotti nel prodotto finale».

A chi piaceranno di più questi prodotti?

«Potrebbe essere un insieme molto complesso di consumatori», sottolinea Andrea Lonardi. «Da una parte i nostalgici, che per età o per questioni di salute non possono più bere vino ma vogliono avere quelle sensazioni olfattive e degustative; nei vini no e low alcohol non sono uguali, ma molto simili. Poi ci sono delle categorie nuove di consumatori, i ragazzi, per esempio, che si approcceranno a questi prodotti senza conoscere il vino, e il movimento, sempre più in crescita, di chi è attento a sobrietà e salubrità, anche se alcune delle tecniche della dealcolazione sono estremamente poco sostenibili, visti i costi e il consumo di acqua che richiedono».

Che caratteristiche devono avere i vini no e low alcohol per essere gradevoli?

«Non ho paura di essere categorico quando dico che l'alcol è pressoché tutto per un vino che voglia essere degno di questo nome» dice Gabriele Gorelli. «Il calore, il corpo e l'aromaticità di un vino sono fortemente impattati dalla propria concentrazione in alcol. Proprio per questo motivo, in assenza di alcol, ci sarà bisogno di avere aromi di partenza estremamente intensi, un'acidità sostenuta che imprima freschezza e, soprattutto, un residuo zuccherino ben bilanciato per evitare dolcezza eccessiva o gusto piatto».

«L'alcol è la colonna portante del vino e il trattamento di dealcolazione, per quanto applicabile a tutti i vini, a parer mio non sempre si sposa con tutte le tipologie», fa eco Pietro Russo. «L'impatto sugli aromi è uno dei parametri più critici di questo processo, e trovo che le varietà aromatiche rispondano meglio di quelle con minore intensità olfattiva a “manomissioni” importanti. I vini frizzanti e gli spumanti permettono di compensare la riduzione in corpo e struttura legata all'eliminazione dell'alcol e garantire una maggiore vivacità nella beva».

I vini rossi, soprattutto quando totalmente dealcolati, al contrario, presentano le maggiori difficoltà tecniche, perché l'alcol agisce da collante tra l'acidità e i tannini, e partecipa al volume e alla rotondità dei vini; in sua assenza, la percezione tannica può divenire sgradevole, e bisogna ricorrere a zuccheri e altri ingredienti per contrastare la maggiore percezione dell'acidità». Concorde anche Andrea Lonardi: «Un fattore determinante per questi vini è la varietà, soprattutto nei vini bianchi: vitigni aromatici come il riesling e il sauvignon sono a oggi i migliori, varietà neutre come spesso quelle italiane invece mostrano maggiori problemi. Per i vini rossi invece sono da favorire i vitigni con un basso tenore di tannini». «Ma non bisogna dimenticare che in Italia esistono vini di molte varietà e denominazioni in grado di regalare grande piacevolezza, abbinata a un basso grado alcolico», concludono i tre Master of Wine, «i dolci Moscato d'Asti, Brachetto d'Acqui, Sangue di Giuda, le versioni più amabili di Lambrusco, ma anche Valpolicella, Bardolino, Soave e Ribolla Gialla, vini veri, con alcol dai 5,5% ai 12%».

THE INSTITUTE OF MASTERS OF WINE



Nata a Londra, è l'organizzazione più esclusiva nel mondo del vino: il primo esame per ottenere il titolo di Master of Wine si è tenuto nel 1953 e a oggi solo circa 500 persone sono riuscite nell'impresa. Le severissime prove comprendono il riconoscimento di numerosi vini assaggiati alla cieca e scritti su argomenti di viticoltura, enologia, business e attualità. Il primo Master of Wine italiano è stato Gabriele Gorelli (il primo a sinistra) nel 2021, seguito da Andrea Lonardi (il terzo a destra) nel 2023 e da Pietro Russo (al centro) nel 2024, dopo un percorso di studi cominciato nel 2014.

CONSIGLIATI DALLA REDAZIONE

**1. Sparkling Zero Alcohol Free**

Zonin: con i profumi floreali e di frutti come la pera, la mela verde e gli agrumi, accompagna piatti delicati vegetariani e può essere un'alternativa al Prosecco nello spritz. Al supermercato.

7 euro, zonin.com

2. Alcohol Free Sparkling

La Gioiosa: ottenuto dal mosto di uve bianche semiaromatiche, profuma di mela, pesca e fiori di sambuco. A noi piace con formaggi freschi accompagnati da frutta e tartine al prosciutto crudo.

Al supermercato. 5,50 euro, lagioiosa.it

3. 0.0 Alcohol Free Serena

Wines 1881: ottenuto da uve moscato con aggiunta di aromi, è fresco e spumeggiante; l'importante residuo zuccherino lo rende indicato ad accompagnare dolci a base di frutta, ma si può osare l'abbinamento con piatti etnici piccanti e speziati.

6 euro, serenawines.it

4. Steinbock Riesling Zero

Hofstätter: profumato e di buona acidità, rispetta bene le caratteristiche dell'uva riesling. Provatelo con crudi di pesce e sushi. 11,50 euro, hofstatter.com

5. Tralcetto Bianco vino

de-alcollizzato 0.0 Cantina Zaccagnini: fragrante, con profumi di frutta gialla e fiori, si abbina bene ad aperitivi e antipasti delicati, vegetariani e di pesce. Anche al supermercato.

9 euro, cantinazaccagnini.it

6. No Alcohol Sparkling Rosé

Kylie: è lo spumante rosato che la celebre cantante australiana Kylie Minogue produce in collaborazione con una cantina del nostro Paese; i vitigni italiani sono «aiutati» dall'aggiunta di tannini di tè verde cinese. Stappatelo all'aperitivo.

10 euro, kylieinogewines.com

7. Eins Zwei Zero Riesling Josef Leitz: prodotto nella regione vinicola tedesca Rheingau, ricorda i profumi della pesca e della mela verde e dona al palato sensazioni minerali. Abbinatelo a risotti agrumati e a pesci bianchi.

10 euro, leitz-wein.de

8. Moscato d'Asti Sourgal 2024

Elio Perrone: tipico e varietale, è ben equilibrato tra dolcezza e acidità, invecchia bene e ha solo 5,5%. Servitelo con biscotti e crostate a fine cena, ma osate all'aperitivo con stuzzichini salati. Anche al supermercato.

10,50 euro, elioperrone.it

9. Asti Metodo Classico Dolce

Cuvée Gancia 24 mesi 2013: aromatico con profumi di fiori d'acacia, pesca e albicocca, è dolce e spumeggiante con una gradazione alcolica di 7%. Provatelo a fine pasto, con la pasticceria secca. 27 euro, gancia.it

10. Sangue di Giuda dell'Oltrepò

Pavese Costiolo 2023 Conte Vistarino: tra i vini dolci della tradizione italiana, è frizzante e ha solo 7 gradi; provatelo con macedonie di frutti di bosco e gelato o con una crostata di ciliegie. 9,50 euro, contevistarino.it

SERVIZIO PERFETTO



Fa parte della serie Veritas, la coppetta messa a punto da **Riedel** per il Moscatino e per i cocktail. La sua forma permette al vino di sprigionare al meglio gli aromi. riedel.com



Il calice da Riesling/Zinfandel in cristallo della serie Veritas di **Riedel** è versatile e si adatta bene ai vini bianchi, equilibrandone le note acide ed evidenziando quelle fruttate. riedel.com



Realizzata a mano, in cristallo, la Flûte da Champagne della linea Sommelier di **Riedel** ha una forma allungata che favorisce lo sviluppo delle bollicine. Perfetta per tutti gli spumanti. riedel.com



Lo Sky Champagne Stopper di **Georg Jensen**, in acciaio inossidabile lucidato a specchio, con la sua forma elegante ed essenziale preserva il perlage degli spumanti. georgjensen.com

LA CUCINA
ITALIANA
PER MERANO E DINTORNI - ALTO ADIGE

Una veduta panoramica sulla città di Merano, con il campanile della chiesa parrocchiale e le montagne sullo sfondo. In centro, un Waalweg o sentiero d'acqua lungo gli antichi canali di irrigazione e, sotto, un aperitivo a base di prodotti locali.

© IDM Alto Adige/Manuel Ferrigato

È ARRIVATA LA PRIMAVERA

Il clima si fa più mite, i prati ritornano verdi, sbocciano i primi fiori: è il momento giusto per scoprire la regione di Merano e dintorni, incantevole zona dell'Alto Adige/Südtirol, tra le Alpi e il Mediterraneo. Qui ci sono infinite possibilità di fare lunghe escursioni all'aperto, scoprire cittadine caratteristiche e idilliaci villaggi, assaggiare i piatti tradizionali della cucina alpina, offerti dalle locande, o quelli gourmet dei ristoranti stellati, rilassarsi alle terme o semplicemente godersi il tepore del sole durante un aperitivo con vista sulle montagne ancora innevate. Le attrazioni da non perdere? Il sentiero tematico della mela a Tirolo e le passeggiate lungo i Waalwege di Marleno e Lagundo, antichi canali artificiali utilizzati per irrigare i frutteti, ora che i meli sono in piena fioritura, la scoperta di Merano, con le sue architetture eleganti, i sentieri amati da Sissi e le Terme Merano, ubicate proprio in centro città. Chi ama il relax deve visitare anche le Termeavventura di Naturno, la cascata di Parcines e la rassegna Tesana Tempo per te a Tesimo-Prissiano, dedicata alla salute e ai modi per fare il pieno di energia. Gli appassionati di gastronomia non possono perdere la matinee culinaria nel cortile del Castel Goyen, il Gin festival nel Castel Schenna e la settimana degli asparagi di Nalles, da gustare in tanti piatti fantasiosi accompagnati da un buon calice di vino bianco. Qualche altro consiglio? Dedicate del tempo alla visita degli splendidi Giardini di Castel Trauttmansdorff e alla festa dei masi in fiore a Lana e dintorni, in programma il 13 aprile. Grazie all'Alto Adige Guest Pass, gli spostamenti in treno, autobus e funivie pubbliche sono facili e gratuiti.



© IDM Alto Adige/Patrick Schwenbacher



© IDM Alto Adige/Marion Lafogler

MERANO-SUEDTIROL.IT



AMORE, PATATE E COZZE

*Questa la formula della felicità secondo Grazia e suo marito Mario.
Che agli otto nipoti tramandano, anche a tavola, il senso di famiglia*

DI SARA TIENI, FOTO MAURIZIO CAMAGNA

Sulla tovaglia ricamata
del corredo di famiglia
fa bella mostra la tiella,
la casseruola di coccio
dove si cuociono riso,
patate e cozze,
ricetta tipica salentina.



C'è un gran fermento oggi a casa Ricchiuto, a Varese: Grazia, 75 anni portati con leggerezza, prepara la sua mitica Patate, riso e cozze: uno dei piatti principe della tradizione di famiglia, che affonda le radici in Salento. Nata a Messina, dove è vissuta fino ai 18 anni, Grazia Andaloro ha sposato infatti Mario, vigile urbano a Varese, ma originario di Specchia, in Puglia. Tre figli, otto nipoti, la signora, anche grazie alle sue abilità culinarie, tiene unita la calorosa famiglia.

«Mia madre non amava stare ai fornelli», esordisce Grazia, «così ho imparato da mia suocera che mi ha insegnato tutti i suoi segreti». Mario, intanto, apre pazientemente le cozze da crude «un lavoro che detesto fare», prosegue Grazia, mentre affetta le patate con precisione millimetrica. Accomoda poi gli strati di ingredienti, con gesti sapienti, nella tiella, la pentola di coccio tradizionale, e la inforna: «Questa è da sei persone ma, dato che tutti amano questo piatto, mia nuora Micol me ne ha regalata una da dodici per i nostri raduni estivi in Salento». Stende sulla tavola una tovaglia ricamata a mano da una nonna e arrivano due giovani ospiti, Gaia e Giulio: «Lui adora anche le conchiglie di pasta ripiene ma tutti i bambini sono d'accordo su polpette e crostata alla frutta», racconta, mentre sistema i frutti di bosco sulla crema pasticciera.

Tra i tesori di famiglia, anche gli arancini di una zia siciliana: «Gli appunti sono in un quaderno, pronti per essere tramandati», conclude nonna Grazia.



Dall'alto, Grazia con due degli otto nipoti: Gaia e Giulio, figli della figlia minore, Elisa. Sotto a sinistra, il marito, Mario, si occupa di aprire le cozze crude e di raccoglierne l'acqua per realizzare la ricetta.

A destra, Grazia fa uno degli strati di patate nella tiella in coccio.

Nella pagina a fianco la sua crostata morbida con frutti di bosco: trovate la ricetta sul nostro sito.



Patate, riso e cozze

«Per circa 6-8 persone, pulite 1 kg di cozze, apritele, da crude, con l'aiuto di un coltellino avendo cura di mettere da parte e filtrare il loro liquido e di tenerle attaccate alla loro valva. Lavate e pelate circa 600 g di patate, tagliatele a rondelle sottili e mettetele in una bacinella con acqua fresca per far rilasciare l'amido. Tritate 1 cipolla bianca e a pezzetti una ventina di pomodorini ciliegia. Ungete il fondo della tiella di coccio, distribuite una manciata

di cipolla tritata e qualche pomodorino; create uno strato concentrico di patate, ungete con poco olio, insaporite con 1 cucchiaino di pecorino e 2 di parmigiano grattugiati, infine aggiungete ancora qualche pomodorino. Posate, a raggiera, uno strato di cozze, con il mollusco rivolto verso l'alto, distribuite 200 g di riso sciacquato sotto l'acqua fredda, ancora pomodorini tagliati, un pizzico di sale, mezzo spicchio di aglio tritato fine, prezzemolo, un cucchiaino di pecorino, 2 cucchiaini

di grana e poco olio. Ripetete così un altro strato. Versate l'acqua filtrata delle cozze solo negli angoli, così da non bagnare i formaggi grattugiati e poi versate, nello stesso modo circa 500 g di acqua, così da arrivare a filo con l'ultimo strato di patate. Infornate a 220 °C, dopo 30 minuti riducete la temperatura a 180° C e cuocete per altri 30 minuti. Spegnete, lasciate riposare un'ora nel forno chiuso, così che sia ancora tiepida quando la servirete».



ALTRO CHE CHIACCHIERE!

*Ci siamo riuniti e, questa volta, abbiamo assaggiato per voi diverse varianti di un **CLASSICO DEL CARNEVALE**. Un dolce, dai tanti nomi, che unisce tutta l'Italia. Ecco come è andata. Con i nostri voti*

A CURA DI **SARA TIENI** ED **ELENA VILLA**



La redazione pronta, nella sala del ristorante Dabass, in via Piacenza 13, a Milano. Da sinistra, in piedi: Beatrice Prada, Angela Odone, Sara Tieni, Riccardo Angiolani, Monica Oggioni, Fabiana Salsi. Da sinistra, sedute: Elena Villa e Laura Forti.

Si fa presto a dire chiacchiere. Eppure questo dolce antichissimo, simbolo del Carnevale, affonda le sue radici nell'antica Roma quando si preparavano i *frittilia*, piccoli fazzoletti a base di farina fritti nel grasso di maiale distribuiti durante i Saturnali, una festa simile al nostro Carnevale. Il bello di questo dolce è che accomuna tutta Italia, con piccole variazioni nella ricetta: l'impasto è a base di farina, zucchero, burro e uova; c'è poi chi aggiunge, come liquido, Vin Santo, chi Marsala,

chi del vino bianco o grappa. Anche sul loro nome ci sono moltissime varianti: in Piemonte e Liguria si chiamano *bugie*; in Sardegna *maraviglias* e in Veneto *galani*. *Lattughe* è il loro nome nella provincia di Brescia e Mantova e così via. Quelle preparate a regola d'arte sono friabili e sottili e dovrebbero presentare in superficie delle bolle, segno che la sfoglia è stata tirata a dovere. E la cottura? La tradizione le vorrebbe fritte nello strutto ma oggi si propende per l'olio di semi oppure per il forno.



SUL PODIO



1. Marchesi 1824

Aspetto: regolari, sottili e ben dorate con molte bolle in superficie.

Sapore e consistenza: friabili, fritte alla perfezione. Realizzate artigianalmente puntano su materia prima di grande qualità.

Voto: 9

16 euro la confezione,
marchesi1824.com



2. Sugar Pasticceria

Aspetto: abbastanza minute e di un bel colore dorato.

Sapore e consistenza: artigianali, con un leggero sentore di grano, sono ben bilanciate in dolcezza, friabili e asciutte.

Voto: 8 ½

16 euro la confezione,
sugarmilano.it



3. Tigros

Aspetto: regolare, ben dorato, senza bolle evidenti.

Sapore e consistenza: un prodotto industriale non molto sottile ma friabile e saporito grazie all'utilizzo del frumento maltato.

Voto: 8

2,99 euro per 190 g,
tigros.it



Grecchi 1935

Aspetto: grandi, molto sottili e leggermente dorate.

Sapore e consistenza: friabili e delicate con un leggero aroma di vaniglia.

Voto: 7 ½

0,60 euro l'una,
per info e ordini
grecchi1935@gmail.com



Eurospin

Aspetto: piccole, chiare, sottilissime.

Sapore e consistenza: molto zuccherate e sottili, con evidente sentore di vaniglia.

Voto: 6/7

1,99 euro per 250 g,
linea Dolciando, eurospin.it



Caffè del Teatro Black & White

Aspetto: leggermente irregolari, con molte bolle.

Sapore e consistenza: delicate con leggera fragranza di grappa.

Voto: 7 ½

5 euro la confezione,
caffetteria@caffedelteatro.eu



Bollani

Aspetto: minute, con poche bolle in superficie.

Sapore e consistenza: abbastanza spesse, croccanti, non molto dolci.

Voto: 6 ½

3,99 euro per 250 g,
In vendita da Carrefour
carrefour.it



Giovanni Galli

Aspetto: scure, spesse, quasi brunate.

Sapore e consistenza: delicate e croccanti, ideali per chi non ama un impasto troppo dolce.

Voto: 6/7

8,80 euro per 250 g,
giovannigalli.com



Vergani

Aspetto: minute e brunate.

Sapore e consistenza: croccanti, poco dolci con piacevole fragranza di frittura.

Voto: 6/7

4,49 euro per 250 g,
panettonevergani.com



Trevisan

Aspetto: regolare,

Sapore e consistenza: molto dolci, con sentore di anice.

Voto: 6 ½

da Pam Panorama,
2,49 euro per 300 g,
trevisandolciaria.it



PizzAut

Aspetto: regolari, con piccole bolle, ben dorate.

Sapore e consistenza: fritte e passate in forno, molto croccanti e saporite.

Voto: 7 ½

da 7 euro circa per 250 g,
pizzaut.it



Panarello

Aspetto: regolari, brunate, già zuccherate.

Sapore e consistenza: non troppo sottili, con fragranza di malto e vino bianco.

Voto: 7

5,70 euro il vassoio,
panarello.com



L'Île Douce Milano

Aspetto: molto grandi, chiare e sottili.

Sapore e consistenza: ricordano la pasta sfoglia, molto delicate.

Voto: 6/7

10 euro la confezione,
iledouce milano.it

LA CUCINA
ITALIANA

PER IPER LA GRANDE I

L'ALIMENTO PER OGNI MOMENTO

Le preziose qualità delle uova erano conosciute già nell'antichità, tanto che il medico greco Galeno le raccomandava nei suoi scritti. Altamente nutrienti, si prestano a molteplici preparazioni, perfette dalla prima colazione alla cena, e sono un ingrediente presente in molte ricette della tradizione italiana, a cominciare dalla pasta fresca per finire con i dolci.

Da Iper La grande i si trova un vasto assortimento di uova prodotte in Italia, da quelle allevate a terra senza antibiotici a quelle allevate all'aperto, da quelle bio a quelle con guscio bianco o pasta gialla, di differenti grandezze e in confezioni adatte ai single o alle famiglie numerose. Siete in cerca di un'idea nuova e stuzzicante per portarle in tavola? Provate la nostra ricetta semplice, veloce e gustosissima.



L'albume è un alimento naturalmente ricco di proteine.
Da Iper La grande i proviene da uova di galline allevate a terra senza uso di antibiotici, in pratiche confezioni da 500 grammi e da un chilo.

UOVA AL TEGAMINO ALLA DIAVOLA

INGREDIENTI PER 2 PERSONE

350 g passata di pomodoro
4 uova – 2 fette di pane
aglio – scalogno – peperoncino
cumino – zucchero – timo
prezzemolo – olio extravergine di oliva
sale – pepe

ABBRUSTOLITE le fette di pane con un filo di olio in una padella per 4-5 minuti, quindi sfregatele con 1 spicchio di aglio tagliato a metà.

TRITATE 1/2 spicchio di aglio

e un pezzetto di scalogno.
Rosolateli insieme con un pezzetto di peperoncino in una larga padella (Ø 25 cm) con un filo di olio.
AGGIUNGETE la passata di pomodoro, sale, pepe e una punta di zucchero.
FATE cuocere per circa 10 minuti a fuoco moderato, quindi aggiungete nel sugo le uova.
PROFUMATE con un pizzico di cumino e qualche foglia di timo, e cuocete per circa 8 minuti a fuoco bassissimo.
COMPLETATE alla fine con un ciuffo di prezzemolo tritato e peperoncino a piacere, e servite le uova con le fette di pane all'aglio.







PAARL, IL BUONO DELLA SEGALE

Parte dal Trentino-Alto Adige un viaggio tra farine e pani italiani. Guida d'eccezione, Fulvio Marino

RICETTE **FULVIO MARINO**, TESTI **GIADA BELLEGOTTI**
FOTO **CHIARA CAEDDU**, STYLING **BEATRICE PRADA**

Sapore di montagna. In Trentino-Alto Adige il pane è bruno ed estremamente aromatico perché fatto con una farina le cui spighe resistono al freddo e danno il meglio anche in terreni difficili: la farina di segale.

La varietà più antica di questa tipologia di pani dal sapore così caratteristico si chiama paarl, una parola che significa «coppia» e indica la forma a «otto» schiacciato, ottenuta unendo due pani rotondi e leggermente appiattiti; secondo alcuni, questa forma simboleggerebbe l'infinito. Il paarl sarebbe stato inventato dai

frati benedettini del convento di Monte Maria, sopra Burgusio nel comune di Malles, in Val Venosta. Era il pane perfetto per gli abitanti delle comunità montane: il lievito madre e la farina di segale, ricca di fibra, garantivano al pane umidità per lungo tempo, una caratteristica che gli permetteva di poter essere consumato anche dopo molte settimane. Si sposa a meraviglia con i prodotti tipici altoatesini: burro fresco, salumi affumicati come lo speck, formaggio di malga. Provatelo anche a colazione, tagliato sottile e spalmato con un velo di confettura.





PAARL

TRENTINO-ALTO ADIGE

Impegno Medio

Tempo 4 ore

Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PAARL

500 g farina di segale

500 g farina 0 w250

200 g lievito madre liquido
(oppure 12 g lievito di birra)

22 g sale

Impastate le farine con 650 g di acqua.

Unite il lievito madre, oppure il lievito di birra sbriciolato e continuate a lavorare: quando l'impasto risulterà omogeneo aggiungete il sale e proseguite a impastare in modo che gli ingredienti siano ben amalgamati. Non preoccupatevi se l'impasto risulta appiccicoso, è la caratteristica tipica dei pani con farina di segale.

Fate riposare nella ciotola della planetaria a circa 35 °C per un'ora.

Rovesciate l'impasto sul piano di lavoro cosperso con poca di farina di segale e ricavate 8-10 palline da circa due etti ciascuna. Disponetele in una teglia foderata di carta forno, avvicinandole a due a due, e lasciate lievitare coperte per un paio di ore a circa 35 °C.

Setacciate sulle pagnotte poca farina di segale e cuocetele in forno statico, con abbondante vapore, a 240 °C per 25 minuti circa. Se non avete la funzione vapore ovviate mettendo sul fondo del forno una piccola casseruola, adatta alle alte temperature, piena di acqua.

Sfornate e lasciate intiepidire i paarl su una gratella prima di gustarli.



Sopra, la sequenza della prima fase di lavorazione, quella dell'impastamento: il mix di farina di segale e di grano tenero rende il paarl più leggero. Sotto, l'interno del paarl di Fulvio Marino.



FULVIO MARINO

Mugnaio, panificatore, divulgatore: nasce a Canelli (Asti) nel 1986 e cresce in mezzo alle farine del Mulino Marino, l'azienda di famiglia. Racconta il mondo del pane in tv dal 2020 ed è presenza fissa del programma *È sempre mezzogiorno* su Rai 1; è autore di libri dedicati al mondo della panificazione. Nel 2023 ha aperto FuocoFarina, bakery con cucina ad Alba.



LA FARINA DI SEGALE

Cereale rustico, la segale è molto resistente ai climi freddi e all'aridità ed è per questo che è diffusa soprattutto nelle zone montane. La farina che se ne ricava è ricca di amidi, ha un alto contenuto di fibra e poco glutine. Gli impasti di farina di segale sono piuttosto difficili da lavorare per mani poco esperte: per facilitare la lavorazione, è consigliato impastare con acqua calda a 40°.

PER OROGEL

BENESSERE SUBITO PRONTO

Per uno stile di vita sano ed equilibrato le verdure sono tra le nostre migliori alleate, ma spesso manca il tempo per prepararle. Per fortuna ci ha pensato

Orogel, con i Contorni Benessere, una selezione dei migliori vegetali raccolti freschi, subito surgelati e pronti in pochi minuti. Ricche di fibre e vitamine, nel Contorno Misto Benessere le verdure sono anche abbinate in un mix ben calibrato che comprende cavolo romanesco, cavolfiore, broccoli e cavolini di Bruxelles.

Facili da conservare, fanno bene anche all'ambiente, perché risolvono il problema della deperibilità del prodotto fresco. E sono pronte in pochi minuti, con la cottura in padella, al vapore o al microonde, direttamente in busta. Qualche idea per renderle più golose? Ci aiuta Anna Fracassi, conosciuta sul web come @lennesimoblog: "Con il Contorno Misto Benessere si possono realizzare davvero tanti gustosi abbinamenti per apprezzare ancora di più le verdure, fondamentali per una dieta sana ed equilibrata. Frullato, diventa una crema deliziosa per comporre una healthy bowl, abbinato a un cereale, come per esempio la quinoa, e a una proteina come il salmone affumicato.

Il Contorno Misto Benessere è perfetto anche come condimento per la pasta, abbinato a pomodorini secchi e basilico. Infine più semplicemente, dopo la cottura in microonde, si può ripassare in forno per realizzare un contorno gratinato con tanto formaggio a piacere".



Anna Fracassi, conosciuta sul web come @lennesimoblog, ci ha consigliato ricette facili, creative e golose con il Contorno Benessere di Orogel. Versatile e gustoso, è ideale per accompagnare secondi di carne, uova o vegetali, ma anche per preparare ricette più complesse che stupiranno gli ospiti.

OROGEL.IT



VENTO DI LEVANTE

*Alla scoperta di un tratto
di Liguria, tra Genova e Recco,
in un percorso gastronomico
quasi tutto vegetale. Scoprendo
una deliziosa e celebre focaccia
farcita di prescinsoeua,
i pansoti al sugo di noci e una
crostata che sa di rose*

RICETTE **ALESSANDRO CABONA**, TESTI **SARA TIENI**
FOTO **VALENTINA SOMMARIVA**, STYLING **BEATRICE PRADA**



FOCACCIA DI RECCO

STOCCAFISSO «ACCOMODATO»





CIPOLLE RIPIENE

**PANSOTI ALLA BORRAGINE
CON SALSA DI NOCI
E FINOCCHIETTO**



**TORTA DELLA NONNA
CON SCIROPPO DI ROSE**



IL LEVANTE

Si intende per Riviera di Levante quel territorio che, insieme alla Riviera di Ponente, compone la costa ligure. Un tratto che geograficamente si estende dalla foce del fiume Magra in provincia di La Spezia fino ai quartieri orientali di Genova, inglobando anche i primi paesi sulle colline. Brilla, tra i prodotti tipici, la *prescinsoeua* un formaggio cremoso con un gusto tra yogurt e ricotta con cui si farciscono i pansoti, cioè i ravioli ripieni di erbe selvatiche, qui molto usate. Tra gli altri piatti tipici, i testaroli, ovvero delle cialde di pasta senza uova. Da provare anche la *mesciua*, una zuppa di legumi misti e frumento condita semplicemente con olio, pepe e formaggio.



ALESSANDRO CABONA

Classe 1991, è nato a Genova e cresciuto a Recco. Executive chef del ristorante Le Terrazze dello storico Ritual Club in Sardegna, ha una vera passione per i vegetali di stagione. La cucina è una tradizione di famiglia, la nonna era cuoca per una dimora storica. La sua madrina, Giuseppina, è stata la cuoca del famoso Da Lino a Recco.

FOCACCIA DI RECCO

«Questa ricetta è tramandata e tutelata dal Consorzio della focaccia di Recco che comprende anche i comuni di Camogli, Sori e Avegno. Un tocco personale? Spennello con olio la focaccia prima di infornarla per renderla più dorata e croccante e metto del fior di sale in superficie. L'ideale è usare uno stracchino di qualche giorno: si compatterà fuori e dentro maturerà diventando ancora più cremoso. Nel disciplinare tuttavia si parla genericamente di formaggio fresco».

Impegno Medio
Tempo 40 minuti più 2 ore di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 1 TEGLIA

175 g farina manitoba
75 g farina 00
250 g formaggio fresco tipo stracchino – fioretto di mais
olio extravergine di oliva – sale

Impastate le farine con 150 g di acqua, 30 g di olio e 7 g di sale. Fate riposare l'impasto in frigo almeno 2 ore.
Dividete l'impasto in due parti e iniziate a stenderne una con un matterello. Poi sollevatela poggiandola sulle nocche e allargatela con le nocche

stesse, poco alla volta: la pasta deve diventare sottilissima ma non rompersi. Ripetete le stesse operazioni con la seconda porzione di pasta.
Irrorate la teglia con un filo di olio quindi con il fioretto di mais. Foderate lo stampo con il primo strato di pasta, quindi distribuite il formaggio a ciuffetti partendo dai bordi.
Coprite con il secondo strato di pasta, rifilate e sigillate i bordi premendoli tra indice e pollice, creando una sorta di cordoncino.
Rompete la superficie del secondo strato di pasta in 3-4 punti.
Infornate la focaccia di Recco alla massima potenza per 4-8 minuti in base al vostro forno: per metà del tempo in modalità statico e poi in modalità ventilato.
Sfornate e servite calda.

STOCCAFISSO «ACCOMODATO»

«Per "accomodato" noi liguri intendiamo uno stoccafisso ammollato, adagiato e poi cotto, lentamente, in una casseruola, meglio se di terracotta. Si fa tipicamente nel Genovese. Mia mamma Ilenia è da sempre la regina di questo piatto che cucinava solo in occasioni speciali. Un tempo infatti non si

trovava lo stoccafisso già ammollato e dissalato ed era un lavoro molto lungo prepararlo. A Genova ai Macelli di Soziglia si ammolta ancora il baccalà nelle vasche di marmo, con l'acqua corrente a filo».

Impegno Medio
Tempo 2 ore
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

1,5 kg stoccafisso già ammollato
500 g passata di pomodoro
200 g patate
200 g vino bianco secco
75 g olive taggiasche snocciolate sott'olio
20 g prezzemolo tritato
20 g pinoli
3-4 filetti di acciughe sott'olio
1 carota
1 cipolla bianca o dorata
1 costa di sedano
1 spicchio di aglio
1 peperoncino fresco
olio extravergine di oliva – sale

Tritate finemente, sedano carota e cipolla, aglio e peperoncino.
Tagliate a pezzetti 35 g di olive.
Scaldare olio e acciughe in una casseruola. Fatele sciogliere, unite il trito di verdure e le olive e stufate a fuoco dolce per 10 minuti. Non salate.

Private lo stoccafisso della pelle e delle lisce più grandi. Tagliatelo a tocchi di 7x7 cm.

Sbollentate solo le parti meno nobili, cioè quelle verso la pancia e verso la testa, così da ricavare la polpa con facilità.

Rosolate il resto dello stoccafisso a tocchi con un filo di olio in una padella antiaderente già ben calda: così si formerà una crosticina su tutti i lati. Spostatelo in una teglia con le verdure preparate prima.

Sfumate a fiamma viva col vino bianco, quindi unite il fondo che si creerà al baccalà. Fate cuocere per 5 minuti muovendo il pesce con una spatola o un mestolo di legno per non romperne la polpa. Unite la passata di pomodoro e cuocete coperto, a fiamma dolce, per circa 30-40 minuti. Aggiustate di sale, se serve.

Pelate e tagliate le patate a pezzi grossi. Unitele allo stoccafisso assieme ai pinoli, 40 g di olive intere, quelle tritate e fate cuocere per altri 30 minuti.

Servite con una spolverizzata di prezzemolo tritato.

ALESSANDRO CABONA DICE CHE «Da tradizione lo stoccafisso, prima di essere cucinato, viene sbollentato per eliminare con facilità lisce e pelle e non sprecare nessun grammo di polpa. Io invece lo cuocio direttamente pulendolo a crudo e sbollentandone solo gli scarti. Provate: ne guadagnerete molto in sapore».

CIPOLLE RIPIENE

«Un piatto veloce, saporito e di recupero, facile da fare. Io ho impiegato, per il ripieno, anche un formaggio ligure poco noto, il San Stè tipico della Val D'Aveto che si cuoce anche "sa ciappa", cioè sulla tipica lastra da cottura in ardesia».

Impegno Medio
Tempo 45 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

150 g 2 cipolle bionde
150 g pane raffermo
100 g latte fresco
100 g ricotta
100 g San Stè

70 g Parmigiano Reggiano Dop grattugiato

1 uovo

½ spicchio di aglio

prezzemolo – rosmarino – timo

noce moscata

olio extravergine di oliva – sale

Mondate e private le cipolle della prima guaina. Tagliatele orizzontalmente e bollitele per 7-8 minuti in acqua bollente salata.

Ammollate il pane nel latte fino a quando non sarà morbido, strizzatelo e tenete da parte.

Svuotate le cipolle della loro polpa tenendo solo 2-3 guaine esterne che userete come contenitore.

Tritate la polpa delle cipolle oppure frullatela non troppo sottilmente.

Tritate finemente il pane e le erbe aromatiche.

Uniteli alla polpa di cipolla tritata, aggiungete il formaggio San Stè a cubetti, il parmigiano, la ricotta e l'uovo. Amalgamate bene e farcite le cipolle.

Accomodatele in una teglia unta di olio e finite con qualche scaglia di San Stè.

Infornate a 180 °C per 10-12 minuti a forno ventilato e poi 5-7 minuti a modalità grill.

Sfornate e servite.

PANSOTI ALLA BORRAGINE CON SALSA DI NOCI E FINOCCHIETTO

«Ogni ligure crede siano della propria zona: questo perché i pansoti cambiano forma, e anche un po' il ripieno, di borgo in borgo. L'uso del vino nell'impasto è invece tipico delle paste del Levante: dona un filo di gusto e di acidità in più. Li faceva mia nonna materna Fernanda che era originaria di Sant'Ilario, sulle alture di Genova levante. E nella salsa di noci oltre alla maggiorana metteva anche un po' di finocchietto. La pasta una volta si faceva solo con acqua, farina e pochissime uova. Io le ho aumentate per rendere il piatto più ricco e la pasta più elastica».

Impegno Medio
Tempo 1 ora e 30 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

1,2 kg borragine già pulita

325 g farina 00

300 g noci

250 g prescinsoeva

detta «quagliata genovese»

175 g farina manitoba

150 g pane raffermo

150 g latte – 150 g ricotta

150 g Parmigiano Reggiano

Dop grattugiato

40 g vino bianco

10 g funghi secchi

4 rametti di maggiorana

3 rametti di finocchietto

3 uova – 2 tuorli

½ spicchio di aglio di Vessalico

noce moscata

olio extravergine di oliva – sale

Setacciate le farine insieme, unite le uova e i tuorli, 5 g di sale, il vino e 40 g di acqua e impastate fino a ottenere un panetto elastico e compatto. Fate riposare almeno mezz'ora in frigo.

Ammollate i funghi in acqua tiepida per 30 minuti.

Lessate la borragine per 2 minuti in acqua bollente salata: deve essere morbida. Scolatela e strizzatela.

Tritatela al coltello o frullatela.

Scolate e tritate finemente i funghi secchi.

Mescolate in una ciotola, la ricotta, la prescinsoeva e la borragine.

Unite 75 g di parmigiano, i funghi, le foglioline di maggiorana e un pizzico di noce moscata.

Stendete la pasta e ricavate dei quadrati 4x4 cm, quindi ponete al centro di ognuno una noce di ripieno, chiudeteli a triangolo e ricavatene dei tortelli (vedi foto alla pagina successiva).

Ammollate il pane raffermo, privo di crosta, nel latte, per 10 minuti: dovrà essere morbido. Poi strizzatelo e usate lo stesso latte per ammorbidire le noci (circa 15 minuti).

Scolate le noci e ponetele in un mixer. Unite 3 rametti di finocchietto e 4 di maggiorana e il pane strizzato.

Frullate il composto unendo a filo

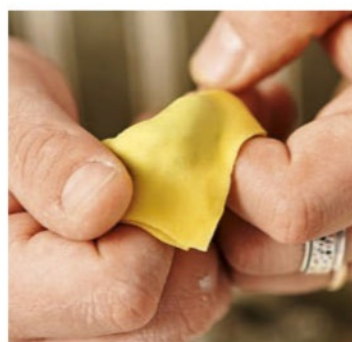
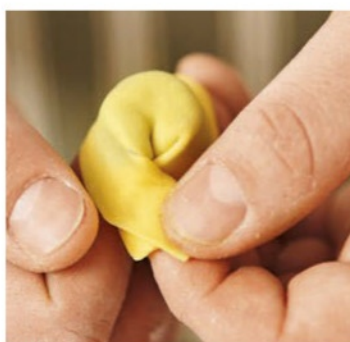
50 g di olio extravergine, l'aglio, una presa di sale e il restante parmigiano grattugiato: dovrete

ottenere una salsa cremosa ma consistente. Se troppo compatta,

unite 1 cucchiaino del latte →



Oliate la teglia della focaccia, quindi spolverizzatela di fioretto di mais. Stendete la pasta ben tirata e distribuite il formaggio a ciuffetti, partendo dall'esterno verso l'interno. Coprite con l'altro disco di pasta, fate tre piccoli strappi ed eliminate quella in eccesso.



Dopo aver ritagliato dei quadrati di pasta, messo un cucchiaino di ripieno al centro e piegato a metà lungo la diagonale del quadrato ottenendo un triangolo, unite gli estremi e voltate in giù la terza punta della pasta, evidenziando in questo modo la «pancia» del raviolo detto per questo «pansoto».

che avete usato per ammorbidire pane e noci così da renderla più liscia e fluida.

Cuocete i pansoti in abbondante acqua salata per 1 minuto, stemperate la salsa con 2 cucchiaini di acqua di cottura. Scolate i pansoti e conditeli con la salsa alle noci.

TORTA DELLA NONNA CON SCIROPPO DI ROSE

Impegno Medio
Tempo 1 ora e 40 minuti
più 2 ore di riposo
Vegetariana

«Il richiamo alla Liguria è nello sciroppo di rose, un ingrediente che mia nonna paterna, che si chiamava Trieste, preparava a mano con le cosiddette rose da sciroppo per poi bagnarci il pan di Spagna. Una curiosità sulla mia famiglia? L'inventore del pan di Spagna era il ligure Giovan Battista Cabona. Non abbiamo documenti scritti ma sembra fosse un nostro avo».

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

PER LA FROLLA

500 g farina 00
300 g burro
150 g zucchero
100 g uova (circa 2)
4 g lievito per dolci non vanigliato
½ limone

PER LA CREMA

450 g latte fresco – 80 g zucchero
50 sciroppo di rose
25 g fecola patate
20 g amido di mais
4 tuorli

PER LA FROLLA

Amalgamate in una planetaria il burro morbido lo zucchero e la scorza di limone grattugiata.

Aggiungete le uova, uno alla volta, farina e il lievito setacciati. Impastate, formate un panetto e fate riposare la frolla avvolta da pellicola in frigo per 2 ore.

Stendete la frolla in due dischi spessi circa 5 mm. Usatene uno per foderare una tortiera imburata e infarinata (Ø 22 cm). Bucherellate la frolla con i rebbi della forchetta.

PER LA CREMA

Mescolate la fecola di patate, l'amido di mais, lo zucchero, lo sciroppo di rose e i tuorli in una ciotola.

Scaldare il latte, senza farlo bollire, poi versatelo un poco alla volta sulle uova, mescolate bene con una frusta e riportate tutto sul fuoco.

Cuocete sempre mescolando fino a quando il composto non si sarà addensato. Togliete dal fuoco e fate intiepidire la crema, poi versatela nella tortiera. Coprite con il secondo strato di frolla ed eliminate la pasta in eccesso lungo i bordi della tortiera. Bucherellate la superficie della frolla con una forchetta e cuocete a 160 °C in forno statico per 40 minuti circa.

Sfornate e servite tiepida.

ALESSANDRO CABONA DICE CHE

«Lavorate rapidamente la frolla per non scaldare il burro, altrimenti una volta cotta, sarà meno friabile. Un pizzico di lievito per dolci all'impasto lo renderà più soffice, mentre usare lo zucchero a velo al posto del semolato farà accorciare della metà il tempo di riposo».



Buono con tutti!

**Di prima panna e lavorato
per centrifuga.**



NOVITÀ
+ facile da spalmare

**-20%
di GRASSI***



www.meggle.it



[/meggle_italia](https://www.instagram.com/meggle_italia)

*Rispetto al burro all'80% di grassi e prodotti simili

LA CUCINA
ITALIANA

PER EATALY

la PIZZA alla PALA



CROCCANTE, BIOLOGICO E ARTIGIANALE

È il nuovo pane creato nelle Panetterie di Eataly. Di forma ovale, realizzato con il lievito madre, prevede un impasto a base di grano tenero, grano duro e crusca di grano tenero, quest'ultima utilizzata come spolvero in superficie per donare croccantezza alla crosta. Lavorato a mano e cotto su pietra refrattaria nei laboratori di produzione a vista, il Pane Eataly è il simbolo dei valori del Gruppo: filiera, biodiversità e artigianalità in un impasto unico. Questo impegno è testimoniato anche dall'adesione delle Panetterie di Eataly al Manifesto del pane Slow, ideato da Slow Food Italia e da Slow Grains con l'obiettivo di riunire tutta la filiera e promuovere un pane di qualità. Il nuovo Pane Eataly è leggero, ricco di aromaticità

e valorizza la biodiversità del nostro Paese. Le farine, infatti, sono biologiche e provengono da cereali italiani coltivati senza fertilizzanti chimici, senza diserbanti e preferendo metodi come rotazioni, sovescio e semina di colture che migliorano il terreno.

Lo stesso mix di farine si può anche acquistare a scaffale, per cimentarsi a casa nell'arte bianca: nella confezione dedicata, infatti, è presente un QR Code con rimando alla ricetta creata dai maestri panettieri di Eataly. Il Pane Eataly si aggiunge alla vasta offerta che comprende oltre venti tipologie di pani differenti, dai classici come il Rustic, il Panedi, l'Integrale, l'Otto tondo e la Baguette fino ai più sfiziosi con semi, noci, uvetta, per finire con le specialità regionali.

WWW.EATALY.IT



Il nuovo Pane Eataly è lavorato a mano e cotto tutti i giorni su pietra refrattaria direttamente nei punti vendita del gruppo. Di forma ovale, è fatto con farine biologiche e lievito madre.

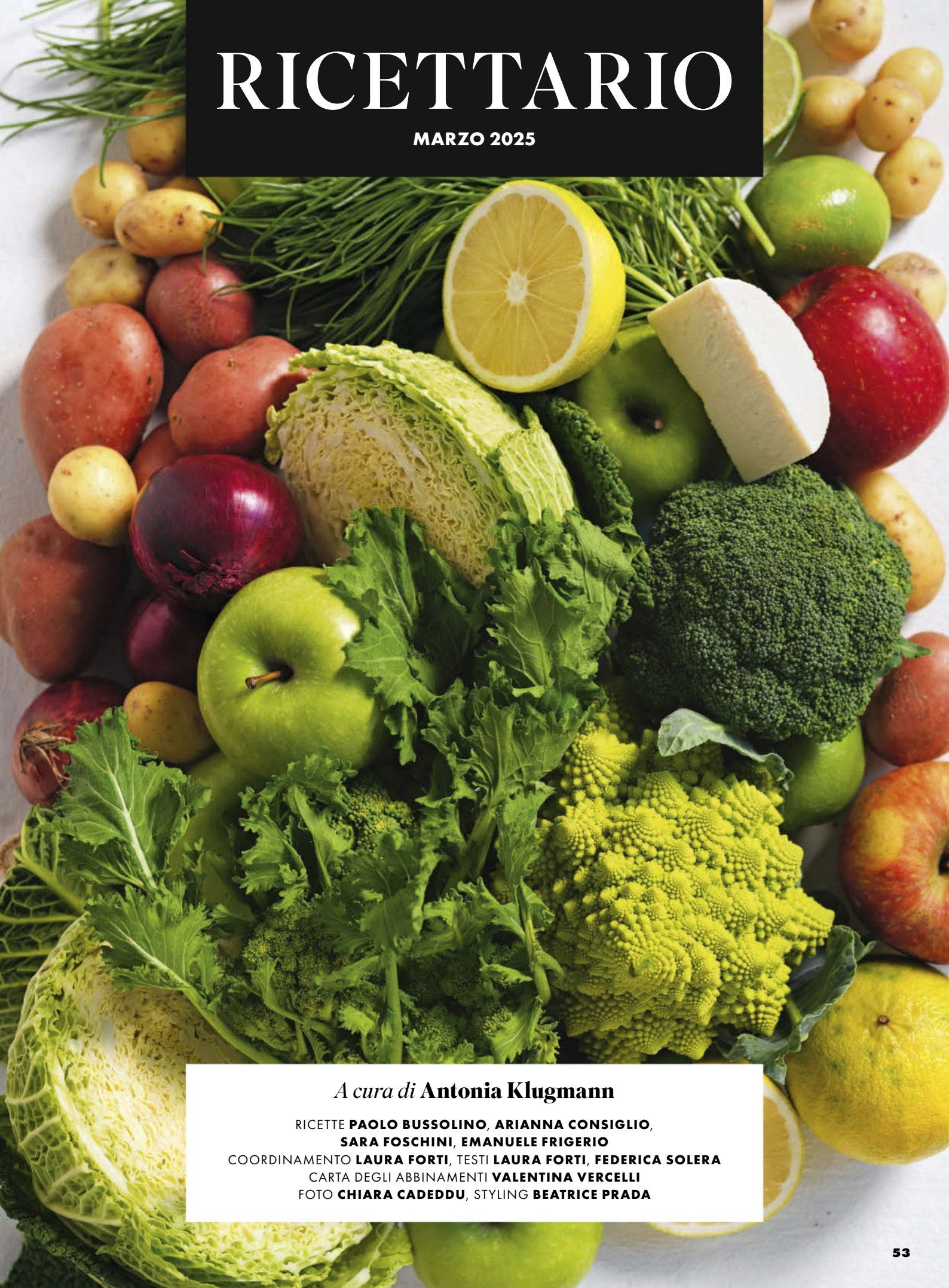


Bergader

Morbido, profumato, delicato.



Il gusto della montagna ogni giorno sulla tua tavola.



RICETTARIO

MARZO 2025

A cura di Antonia Klugmann

RICETTE **PAOLO BUSSOLINO, ARIANNA CONSIGLIO,
SARA FOSCHINI, EMANUELE FRIGERIO**

COORDINAMENTO **LAURA FORTI**, TESTI **LAURA FORTI, FEDERICA SOLERA**

CARTA DEGLI ABBINAMENTI **VALENTINA VERCELLI**

FOTO **CHIARA CADEDDU**, STYLING **BEATRICE PRADA**



LA NOSTRA MENTORE

ANTONIA KLUGMANN

È stata una giornata ad altissimo contenuto gastronomico quella trascorsa nella nostra cucina con Antonia Klugmann, chef dell'Argine a Vencò (Dolegna del Collio, Gorizia), mentore per questo ricettario: discorsi su tecniche di cucina, ricerche e sperimentazioni; conversazioni su produttori, territorio e filiera; e poi riflessioni fondamentali sulla sostenibilità degli ingredienti, in particolare dei pesci, che Klugmann esorta ad acquistare esclusivamente se pescati in modo etico, nel rispetto dell'ambiente.

La chef ha affiancato i nostri cuochi con grande rispetto, tenendosi quasi a distanza, per non voler interferire con le loro idee e con lo

stile de *La Cucina Italiana*. Per lei, infatti, l'identità è un valore molto importante, fondante per la sua cucina, che ci descrive come «molto personale: io spero che chi la assaggia sappia a occhi chiusi che sta cucinando Antonia, nel Nord-est, in una certa stagione». Nella nostra cucina, la chef è intervenuta con suggerimenti preziosi, che abbiamo accolto e applicato in queste ricette. Gli spunti che ci ha fornito seguono tutti un approccio contemporaneo, che Klugmann riassume in un consiglio generale, per i nostri lettori: «Cucinare senza sprechi, con consapevolezza. E proporzionare gli sforzi al risultato, evitando orpelli inutili per concentrarsi sul sapore e sull'emozione».

1. EMANUELE FRIGERIO

Pasticciere nel suo negozio di famiglia, è esperto dei grandi classici, ma sperimenta nuove frontiere, per dolci (e non solo) contemporanei, spesso senza lattosio o glutine.

2. ARIANNA CONSIGLIO

Da poco approdata come sous chef al ristorante Cucina Franca di Milano, è di origini siciliane e ama portare nei suoi piatti un tocco della sua isola, insieme a entusiasmo, tecnica e precisione.

3. SARA FOSCHINI

La nostra cuoca di redazione, napoletana, cucina sempre con la gioia della condivisione e con grande attenzione a non sprecare cibo ed energia.

4. PAOLO BUSSOLINO

Veterinario e cuoco appassionato, ha grande fantasia in cucina: apprezza i piatti della tradizione regionale, che rivisita sempre con un tocco personale.

APERITIVI



Vassoio dei ravioli
fritti **Motel a Miio**,
tovaglioli **Maisons
du Monde**.

RAVIOLI FRITTI DI POLLO CON CHUTNEY DI MELE



TIGELLE CON AGRETTI, SALMONE MARINATO E SALSA OLANDESE



CROSTONI CON RAPE E PECORINO

RAVIOLI FRITTI DI POLLO CON CHUTNEY DI MELE

I consigli di Klugmann: «Cuocere le cipolle con l'aceto senza altri ingredienti. Solo quando saranno cotte aggiungerei mele e zucchero e porterei a cottura con l'umidità della frutta. Aggiungerei un pizzico di sale nella polvere di garofano. Infine, invece dei filetti di pollo, userei una coscia rosolata e poi cotta con scalogni, anacardi tostiti e paprica. Il suo fondo di cottura può ammorbidire il ripieno».

Cuoco Emanuele Frigerio
Impegno Medio
Tempo 2 ore e 30 minuti

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

PER LA PASTA

110 g farina
40 g semola
1 uovo – 1 tuorlo

PER IL RIPIENO

400 g 3 cosce di pollo
20 g anacardi al naturale
2 scalogni – vino bianco
Parmigiano Reggiano Dop
olio extravergine di oliva
paprica affumicata – sale
1 uovo per chiudere i ravioli

PER IL CHUTNEY

250 g aceto bianco
125 g zucchero di canna
3 mele

1 cipolla
chiodi di garofano

PER COMPLETARE

olio di arachide
paprica affumicata

PER LA PASTA

Impastate le due farine con l'uovo e il tuorlo e lavorate il composto finché non sarà liscio e omogeneo. Avvolgetelo nella pellicola e lasciatelo riposare per 1 ora.

PER IL RIPIENO

Rosolate le cosce di pollo in una padella antiaderente, voltandole, per circa 10 minuti, con un filo di olio e sale.
Sbucciate gli scalogni e tagliateli a fettine sottili, quindi uniteli alle cosce in cottura, insieme con gli anacardi. Spolverizzate con paprica affumicata, bagnate con mezzo bicchiere di vino e cuocete con il coperchio, a fuoco basso,

per circa 1 ora e 15 minuti, controllando di tanto in tanto che non si asciugano troppo.

Spolpate poi le cosce e tritate la carne insieme con tutto il fondo di cottura, unendo una cucchiata di parmigiano grattugiato.

Stendete la pasta in una sfoglia molto sottile (1-2 mm), disponete il ripieno a ciuffetti, spennellate intorno al ripieno con un po' di uovo sbattuto, coprite con un'altra sfoglia e fatela aderire bene con la mano intorno al ripieno.

Tagliate poi i ravioli con una rotella zigrinata.

PER IL CHUTNEY

Mondate la cipolla e tagliatela a dadini. Metteteli in una padella con l'aceto e fate cuocere per circa 10-15 minuti, finché la cipolla non si sarà ammorbidita e l'aceto non sarà quasi completamente evaporato.

Aggiungete le mele sbucciate e tagliate a dadini e lo zucchero. Fate cuocere con l'umidità della frutta per circa 15-18 minuti, con un coperchio, a fiamma bassa.

Frullate poi il composto ottenuto, per avere una salsa più liscia, e completatela con un pizzico di chiodi di garofano in polvere.

PER COMPLETARE

Friggete i ravioli in olio di arachide ben caldo per 1-2 minuti e scolateli su carta da cucina.

Serviteli caldi, insieme con il chutney, completando a piacere con paprica affumicata.

TIGELLE CON AGRETTI, SALMONE MARINATO E SALSA OLANDESE

I consigli di Klugmann:

«Sceglierei invece del salmone una trota salmonata italiana: si può trattare allo stesso modo, riducendo i tempi di marinatura».

Cuoco Emanuele Frigerio

Impegno Medio

Tempo 1 ora e 30 minuti
più 12 ore di marinatura e 1 ora di riposo

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

PER IL SALMONE

500 g mezza bafra di salmone
(abbattuta per il consumo a crudo)
o filetti di trota salmonata

120 g sale

80 g zucchero

cumino – scorza di arancia

PER LE TIGELLE

450 g farina 0

50 g farina di grano saraceno

rimacinata

50 g strutto

20 g latte

10 g lievito di birra fresco

6 g sale

5 g miele

PER LA SALSA OLANDESE

150 g burro chiarificato

30 g succo di limone

3 tuorli

PER COMPLETARE

2 mazzi di agretti – limone

olio extravergine di oliva

sale

PER IL SALMONE

Miscelate il sale con lo zucchero, cumino in polvere a piacere e scorza di arancia grattugiata (mezza arancia sarà sufficiente).

Pulite il pesce da eventuali spine, adagiatelo in una pirofila con la pelle verso il basso e coprite la polpa con la miscela. Lasciate marinare in frigorifero per 12 ore (4-5 se utilizzate la trota) coperto con una pellicola.

Sciacquate poi il pesce e asciugatelo con carta da cucina, prima di affettarlo molto sottilmente.

PER LE TIGELLE

Miscelate la farina 0 e la farina di grano saraceno, unite il lievito sbriciolato quindi 290 g di acqua, il latte e il miele. Lavorate l'impasto finché non comincia a prendere forza, quindi aggiungete lo strutto e il sale. Lavoratelo ancora un po' quindi trasferitelo sul piano, raccoglietelo a palla, e lasciatelo lievitare coperto fino al raddoppio (circa 1 ora).

Riprendete l'impasto e dividetelo in 28-30 palline da circa 30 g, arrotolatele bene sotto le mani e disponetele su una teglia, coprite con la pellicola e lasciate riposare per altri 30 minuti.

Cuocete le tigelle in una padella antiaderente molto calda, schiacciando le palline per dare loro la tipica forma delle tigelle: lasciatele circa 2 minuti su ogni lato.

PER LA SALSA OLANDESE

Sbattete i tuorli con una frusta, insieme con 50-60 g di acqua e una presa

di sale. Posizionatevi poi su un bagnomaria caldo e versate a filo sulle uova il burro fuso, sempre montando con la frusta. Unite infine il succo di limone.

PER COMPLETARE

Pulite gli agretti e lessateli in acqua bollente salata per 5 minuti. Scolateli e conditeli con olio, sale e succo di limone.

Tagliate a metà le tigelle e farcitele con gli agretti, il pesce marinato a fette e la salsa olandese

CROSTONI CON RAPE E PECORINO

I consigli di Klugmann:

«Trovo interessante l'idea di lasciare questi crostoni senza un elemento di cremosità».

Cuoco Emanuele Frigerio

Impegno Facile

Tempo 30 minuti

Vegetariana

INGREDIENTI PER 10 PERSONE

130 g pecorino

10 fette di pane casareccio

1 rapa rossa cruda

1 rapa bianca

1 spicchio di aglio

olio extravergine di oliva

sale – pepe

Sbucciate le rape e tagliatele a fette molto sottili, con l'aiuto di una mandolina e mettetele a bagno in due ciotole di acqua fredda con una presa di sale, per circa 10-15 minuti

Mettete le fette di pane in una teglia foderata con carta da forno e infornatele per tostarle, finché non saranno abbrustolite.

Conditele con un filo di olio e sfregatele con lo spicchio di aglio sbucciato.

Scolate le rape e tamponatele per asciugarle, quindi disponetele sulle fette di pane, completate con scaglie di pecorino, un filo di olio, sale e pepe, e servite.



Emanuele Frigerio confeziona i crostini, disponendo rape rosse sulle fette di pane. Antonia Klugmann consiglia, sul finale, di profumare anche con erbe aromatiche fresche, come maggiorana e origano.



Ravioli fritti di pollo e chutney di mele pag. 58 + **Mozzarella in carrozza** pag. 85

Il fine perlage e la spiccata acidità del Lambrusco di Sorbara **Metodo Classico Rosé Brut 2018** di Cantina della Volta sono perfetti per accompagnare gli antipasti speziati e le frittiture. È una bottiglia che si fa ricordare per i deliziosi profumi di frutti di bosco e il finale sapido. **24 euro, cantinadellavolta.com**

Tigelle con agretti, salmone marinato e salsa olandese pag. 58
+ **Tartellette con robiola, cipolla e timo** pag. 63

Una bollicina rinfrescante e non troppo strutturata è sempre la scelta migliore per aprire una cena. Vi consigliamo il **Prosecco Rosé Brut Millesimato 2024** di Bolla, fragrante, delicato, con solo 11,5% di alcol. **10 euro, gruppoitalianovini.it**

Crostini con rape e pecorino pag. 59

Stappate un bianco di carattere, come la **Vernaccia di San Gimignano Lyra 2022** di Il Palagione: è fresca, succosa, profonda, con ricordi di anice e di erbe mediterranee. **20 euro, ilpalagione.com**



Mazzancolle, marinate con vinaigrette di mela verde e spinacino pag. 63
+ **Orata agli agrumi in forno** pag. 72

Abbinare un bianco come il **Verdicchio dei Castelli di Jesi Classico Superiore Vittoria 2022** di Lucchetti: ha profumi agrumati e mentolati e un gusto sapido e persistente che accompagna particolarmente bene i piatti di pesce. **16 euro, mariolucchetti.it**

Minestrone di verdure con pesto pag. 67
+ **Filetto di ombrina su patate dolci** pag. 72

I pesci bianchi con condimenti delicati e i piatti di verdure stanno bene con un bianco sapido, fruttato e floreale come il **Custoza Superiore Ca' del Magro 2022** di Monte del Fra, un mix di garganega, trebbiano, cortese e incrocio Manzoni, di grande beva e longevità. **19 euro, montedelfra.it**

Patate arrosto con crema di yogurt alla paprica pag. 76 + **Polpettone di verdure, spinaci e caciocavallo** pag. 76

Un bianco leggero e delicato è ideale per piatti vegetariani con yogurt e formaggi freschi. Il **Trentino Pinot Bianco Mastri Vernacoli 2023** di Cavit è tipico e fruttato, con solo 12,5%. Al super. **6 euro, cavit.it**

ANTIPASTI



MAZZANCOLLE MARINATE CON VINAIGRETTE DI MELA VERDE E SPINACINO

Vassoio delle mazzancolle
e piattini delle tartellette
Zara Home, tovaglioli
Maisons du Monde.



TARTELLETTE CON ROBIOLA, CIPOLLA E TIMO LIMONE

Teglia delle zucchini
Virginia Casa, piattini
Zara Home.



MILLEFOGLIE DI ZUCCHINE, PESTO DI CRESCIONE E RICOTTA MUSTIA

MAZZANCOLLE MARINATE CON VINAIGRETTE DI MELA VERDE E SPINACINO

I consigli di Klugmann: «Dosare bene le erbe aromatiche e l'acidità, per non coprire il gusto delicato delle mazzancolle. Assicurarsi poi della provenienza del pesce, informandosi in pescheria, leggendo etichette e chiedendo certificazioni».

Cuoca Arianna Consiglio
Impegno Facile
Tempo 30 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

40 g spinacino – 24 mazzancolle
3 limoni – 2 mele verdi
1 peperoncino jalapeño
1 gambo di sedano – prezzemolo
olio extravergine di oliva – sale

Sgusciate le mazzancolle e togliete il filamento scuro. Mettetele a marinare nel succo di 2 limoni, per non più di 5 minuti, per evitare che l'acidità le rovinì. Sgocciolatele.
Frullate insieme 1 mela verde tagliata a pezzetti con la buccia, gli spinacini, un pezzetto di peperoncino, il sedano, una presa di sale, 2 cucchiaini di olio e 120 g di acqua. Passate poi al setaccio fine ottenendo un liquido liscio.
Tagliate a fettine sottili l'altra mela e bagnatele in acqua e limone.
Servite le mazzancolle con le fettine di mela, insieme con la vinaigrette di mela verde, a mo' di guazzetto.

TARTELLETTE CON ROBIOLA, CIPOLLA E TIMO LIMONE

I consigli di Klugmann: «Suggerisco di cuocere la cipolla in acqua e aceto e, solo dopo, di aggiungere lo zucchero per caramellarla».

Cuoca Arianna Consiglio
Impegno Medio
Tempo 50 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

230 g pasta brisée stesa
220 g robiola
50 g panna fresca – 1 cipolla
timo limone – zucchero
aceto di lampone
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Ungete con un filo di olio 4 stampi da tartelletta lisci (ø 12 cm). Foderateli con la pasta brisée, lasciando i bordi piuttosto bassi.

Bucherellate il fondo, copritelo con i fagioli secchi per la cottura in bianco, e infornate a 170 °C per 20 minuti.

Sfornate e togliete i fagioli, quindi lasciate raffreddare.

Mondate la cipolla e affettatela.

Mescolate in un pentolino 200 g di acqua e 50 di aceto di lampone, unite un rametto di timo e portate a bollore.

Cuocete la cipolla nell'acqua e aceto per 1-2 minuti e scolatela.

Conservatene circa ⅓ da parte e rimettete nella pentola vuota i ⅔, insieme con un pizzico di sale e 1 cucchiaino di zucchero. Cuocete per 4-5 minuti, finché non si sarà asciugata l'acqua e la cipolla non si sarà leggermente caramellata.

Lavorate la robiola con 1 cucchiaino di olio, sale e pepe, qualche foglia di timo limone, la panna fresca, quindi aggiungete le cipolle caramellate.

Distribuite la robiola sulle tartellette, completate con la cipolla tenuta da parte e foglioline di timo e servite.

MILLEFOGLIE DI ZUCCHINE, PESTO DI CRESCIONE E RICOTTA MUSTIA

I consigli di Klugmann: «Conviene tagliare le zucchine, non troppo sottili, salarle e lasciarle riposare fino a quando non avranno rilasciato gran parte della loro acqua».

Cuoca Arianna Consiglio
Impegno Facile
Tempo 1 ora più 1 ora di riposo
Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE PER IL PESTO

100 g olio extravergine di oliva
100 g ricotta mustia
(o ricotta salata)
40 g crescione
40 g Parmigiano Reggiano Dop
20 g gherigli di noce
aglio – sale

PER LE ZUCCHINE

1 kg zucchine – pepe
20 g gherigli di noce
timo – aglio
olio extravergine di oliva
sale

PER IL PESTO

Frullate insieme tutti gli ingredienti, fino a ottenere un pesto saporito.

PER LE ZUCCHINE

Mondate le zucchine e tagliatele a fettine di 3-4 mm, con l'aiuto di una mandolina. Raccoglietele in una ciotola e salatele, mescolando con le mani in modo da distribuire il sale su tutte le fettine.

Lasciatele riposare per 1 ora, quindi sgocciolate l'acqua che avranno rilasciato e conditele con foglioline di timo, pepe, 3 cucchiaini di olio e mezzo spicchio di aglio tritato.

Disponete le zucchine a strati in una pirofila, premendo un po' con le mani, e infornatele a 170 °C per 25 minuti circa.

Sminuzzate le noci e tostatele velocemente in una padella.

Sfornate le zucchine e lasciatele intiepidire, quindi completatele con il pesto, le noci tostate e la ricotta mustia grattugiata.

DA SAPERE La ricotta mustia è una particolare ricotta di pecora tipica della Sardegna: è leggermente pressata e poi affumicata con il fumo di legni tipici dell'isola. Ha una crosta scura, per via del fumo, e polpa bianca e liscia.



Millefoglie di zucchine, pesto di crescione e ricotta mustia pag. 63 + **Risotto al caprino, bergamotto e aringa** pag. 68

Scegliete un bianco intenso, che ben si accordi ai sentori affumicati dell'aringa e della ricotta. Abbiamo trovato quello giusto in Sardegna: il **Vermentino di Gallura Superiore Maia 2023** di Siddura si fa ricordare per il suo carattere mediterraneo e il gusto persistente. 25 euro, siddura.com

Linguine con 'nduja, gamberi marinati e stracciatella pag. 67 + **Capunet vegetariani con lenticchie** pag. 76

Ci piace l'abbinamento tra i legumi e un rosato di carattere come il **Grayasusi capsula rame 2023** di Ceraudo: vino calabrese da uve gaglioppo, molto versatile in tavola, sta bene anche con le linguine, ravvivate dal tocco piccante della 'nduja. 19 euro, ceraudo.it

PRIMI



MINISTRONE DI VERDURE CON PESTO E CROSTINI

Piatti delle linguine
Novità Home,
pentola del minestrone
Le Creuset, tovagliolo
Maisons du Monde.

LINGUINE CON 'NDUJA, GAMBERI MARINATI E STRACCIATELLA

Piatti del risotto, piattino
e tovaglioli **Zara Home**.

RISOTTO AL CAPRINO, BERGAMOTTO E ARINGA AFFUMICATA

**MINISTRONE DI VERDURE
CON PESTO E CROSTINI**

I consigli di Klugmann: «Buonissimo! Un piatto semplice che riporta i sapori dell'orto. In stagione, si possono utilizzare piselli e fave fresche, ma anche altri ortaggi come fagiolini e asparagi».

Cuoca Arianna Consiglio
Impegno Facile
Tempo 1 ora più 12 ore di ammollo
Vegetariana

**INGREDIENTI PER 6-8 PERSONE
PER IL MINISTRONE**

1,5 litri brodo vegetale
 600 g patate
 400 g polpa di zucca
 300 g zucchine
 300 g pane casareccio
 250 g broccoli a ciuffetti
 200 g piselli sgranati
 150 g broccolo romanesco
 120 g carota
 75 g fave secche
 1 porro
 1 gambo di sedano
 olio extravergine di oliva
 sale – pepe

PER IL PESTO

100 g olio extravergine di oliva
 80 g pinoli
 20 g prezzemolo
 20 g basilico
 40 g Parmigiano Reggiano Dop
 aglio

PER IL MINISTRONE

Mettete a bagno le fave in acqua e lasciatevele per almeno 4 ore, meglio se 12 ore, mettendole la sera prima.

Pelate le patate e tagliatele a cubetti; mondate la zucca e le zucchine e tagliate anch'esse a cubetti.

Eliminate le estremità del porro e la guaina più esterna, poi tagliatelo a rondelle sottili.

Mondate sedano e carota e tritateli.

Rosolate in una casseruola capiente il porro, con carote e sedano, con un filo di olio e una presa di sale, per 7-8 minuti. Unite le patate e la zucca e fatele insaporire nel soffritto per 6-7 minuti.

Aggiungete il brodo insieme con le fave sgocciolate e portate a bollore. Dopo 10 minuti, unite i broccoli, il broccolo romanesco,

le zucchine, i piselli e cuocete ancora per 8-10 minuti.

Tagliate intanto il pane a dadini, disponeteli in una teglia, ungeteli di olio e fateli tostare in forno a 170 °C per 15 minuti, o finché non vedete che saranno dorati.

PER IL PESTO

Frullate insieme tutti gli ingredienti fino a ottenere un pesto saporito.

Servite il minestrone completando con un filo di olio e pepe, cucchiaini di pesto e crostini.

**LINGUINE CON 'NDUJA,
GAMBERI MARINATI
E STRACCIATELLA**

I consigli di Klugmann: «La 'nduja e i gamberi hanno alcune componenti dolci assonanti, ma anche dei contrasti. La stracciatella con la sua parte lattica aiuta l'armonia nel piatto assieme all'acidità del lime. Anche in questo caso, attenzione a scegliere gamberi pescati in modo sostenibile: informarsi in pescheria».

Cuoca Arianna Consiglio
Impegno Facile
Tempo 20 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

320 g linguine
 250g stracciatella
 30 g 'nduja
 24 gamberi rossi
 3 lime
 aneto – sale – pepe

Sgusciate i gamberi e puliteli, togliendo il filamento scuro. Marinateli per 5 minuti con il succo di 2 lime, quindi scolateli.

Condite la stracciatella con sale e pepe.

Lessate le linguine in acqua bollente salata.

Stemperate la 'nduja in una padella, con 2 cucchiaini di acqua di cottura della pasta. Quando le linguine sono a metà cottura, scolatele con una schiumarola e versatele nella padella; portatele a cottura, aggiungendo pian piano altra acqua bollente.

Spegnete e aggiungete un ciuffetto di aneto tritato, quindi servite completando con i gamberi, la stracciatella e la scorza di 1 lime.

RISOTTO AL CAPRINO, BERGAMOTTO E ARINGA AFFUMICATA

I consigli di Klugmann:

«Evitate l'albedo del bergamotto, che è molto amaro. Attenzione anche all'acidità: se non gradite l'esplosione che si crea in bocca con i pezzetti di agrume, utilizzate il succo, che si distribuisce in modo più omogeneo e bilanciato».

Cuoca Arianna Consiglio

Impegno Facile

Tempo 25 minuti

Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

320 g caprino fresco

320 g riso Vialone Nano o Carnaroli

50 g filetto di aringa affumicata

20 g burro

20 g Parmigiano Reggiano Dop

2 bergamotti – aneto – sale

Tostate il riso in una casseruola, a secco. Salatelo e bagnatelo con 2 mestoli di acqua bollente, quindi portatelo a cottura aggiungendo acqua bollente, poca per volta, in 15 minuti.

Sbucciate a vivo 1 bergamotto e tagliate la polpa a cubetti piccoli.

Tagliate il filetto di aringa a dadini tenendone qualcuno da parte.

Mantecate il risotto con il burro e il parmigiano grattugiato, l'aringa, il caprino, metà del bergamotto a dadini e un ciuffo di aneto tritato.

Completate il risotto con il bergamotto e l'aringa rimasti, altro aneto e scorza grattugiata di bergamotto.



Antonia Klugmann suggerisce ad Arianna Consiglio di grattugiare solo la scorza del bergamotto, evitando l'albedo. L'aringa, poi, è tagliata a dadini piccoli, per una distribuzione più omogenea.



Arrosti di vitello con salsa di panna al brandy pag. 79

Serve un rosso che sappia unire eleganza e intensità, come il **Chianti Classico Riserva 2020** di Castello di Querceto: prodotto da oltre un secolo, floreale e fruttato, ha profondità e facilità di beva. **25 euro, castellodiquerceto.it**



Frittata con cime di rapa e scamorza pag. 79 + Rana pescatrice con sughetto al cocco e curry pag. 72

Le ricette di pesce in stile asiatico vanno d'accordo con un bianco aromatico, come la **Malvasia Bianca del Salento 12 e mezzo 2024** di Varvaglione; i suoi profumi di frutta tropicale ed erbe e il gusto sapido e delicato ben si accordano anche alla frittata con le cime di rapa. **9 euro, varvaglione.com**

Ciotola e ciotolina
della rana pescatrice
Zara Home,
pentola **Le Creuset.**

PESCI



RANA PESCATRICE CON SUGHETTO AL COCCO E CURRY

Padella dell'orata
Le Creuset.



ORATA AGLI AGRUMI IN FORNO



FILETTO DI OMBRINA SU PATATE DOLCI E MOUSSE DI MELA

RANA PESCATRICE CON SUGHETTO AL COCCO E CURRY

I consigli di Klugmann:

«Visti gli ingredienti, al posto del prezzemolo preferirei il coriandolo. Per il pesce, di nuovo, raccomando attenzione nella scelta».

Cuoca Sara Foschini
Impegno Facile
Tempo 35 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

800 4 filetti di rana pescatrice
500 g latte di cocco
3 lime – 2 carote – 1 porro
peperoncini verdi e rossi
curry – coriandolo
brodo vegetale
amido di mais
olio di sesamo
olio extravergine di oliva
sale – pepe

Mondate il porro e tagliatelo a rondelle sottili; mondate anche le carote e tritatele.

Scaldare 1 cucchiaino di olio in una casseruola, unitevi il porro e rosolatelo per 5 minuti. Aggiungete quindi le carote e cuocete per altri 3 minuti.

Versate nella casseruola il latte di cocco insieme con 500 g di brodo, 2 cucchiaini di curry, 1 peperoncino verde a rondelle. Portate a leggera ebollizione, mescolando.

Aggiungete i filetti di pesce alla zuppa bollente e fate cuocere per 6-8 minuti, o fino a quando non vedete che il pesce si sfalda facilmente con una forchetta.

Togliete il pesce e completate la zuppa, aggiungendo il succo di 2 lime e un cucchiaino di olio di sesamo. Addensate se volete con un pizzico di amido diluito in acqua.

Completate con abbondante coriandolo tritato e servite con il pesce, spicchi di lime e altre fettine di peperoncino verde e rosso.

ORATA AGLI AGRUMI IN FORNO

I consigli di Klugmann:

«Diminuirei il tempo di marinatura e di cottura per evitare che il pesce sia troppo coperto dal gusto degli agrumi e per mantenere al contempo la sua naturale umidità».



Antonia Klugmann invita Sara Foschini ad abbondare con il coriandolo, per profumare decisamente il sughetto al cocco.

Cuoca Sara Foschini
Impegno Medio
Tempo 45 minuti

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

80 g mandorle tostate
2 orate da 900 g
2 arance non trattate
2 pompelmi non trattati
1 spicchio di aglio – pangrattato
olio extravergine di oliva
sale – pepe
PER L'OLIO AGLI AGRETTI
200 g olio extravergine di oliva
100 g agretti – sale

Emulsionate il succo di 1 arancia e di 1 pompelmo con 2 cucchiaini di olio, un pizzico di sale e pepe.

Pulite le orate eliminando testa e lisca, quindi apritele a libro e spinatete accuratamente.

Adagiatele in un contenitore e irroratele con l'emulsione. Lasciate marinare per circa 10-15 minuti.

Preparate una impanatura mescolando circa 140 g di pangrattato con le mandorle tritate, un filo di olio, un pezzettino di aglio tritato e la scorza grattugiata degli agrumi rimasti.

Adagiate le orate sgocciolate in una pirofila, cospargetele con l'impanatura agli agrumi e infornatele a 180 °C per 15-20 minuti.

PER L'OLIO AGLI AGRETTI

Mondate gli agretti e asciugateli bene. **Frullateli** con l'olio e un pizzico di sale.

Trasferite il frullato in una pentolina e cuocete a fiamma minima per 3-4 minuti. Spegnete, versate il frullato in un contenitore e fate raffreddare adagiandolo in una ciotola con acqua e ghiaccio. Filtrate con un colino fine, ottenendo un olio verde.

Sfornate il pesce e servitelo accompagnandolo con l'olio verde e, se volete, con agretti lessati, conditi con olio, sale e succo di agrumi.

FILETTO DI OMBRINA SU PATATE DOLCI E MOUSSE DI MELA

I consigli di Klugmann: «L'ombrina è un pesce delicato. Consiglio di servire la mousse di mela a parte perché i commensali possano assaggiare il pesce anche senza».

Cuoca Sara Foschini
Impegno Facile
Tempo 50 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

800 g patate americane e normali
900 g 4 filetti di ombrina puliti con la pelle
1 spicchio di aglio
timo – maggiorana – vino bianco
olio extravergine di oliva
sale – pepe
PER LA MOUSSE DI MELA
200 g yogurt greco
10 g succo di limone
3 mele fuji – 1 cucchiaino di miele
zenzero fresco

Pelate le patate e tagliatele a rondelle sottili, lasciandole con la buccia.

Ungetele bene con olio e sale, spruzzatele con un goccio di vino e lasciatele riposare per 15 minuti.

Stendetele su una placca coperta con carta da forno e infornatele a 180 °C per circa 30 minuti.

Rosolate i filetti di ombrina in una padella antiaderente con un filo di olio, qualche rametto di timo e maggiorana e 1 spicchio di aglio schiacciato: appoggiateli sulla pelle, voltateli dopo 1 minuto, cuocete sull'altro lato e sfumate con un po' di vino bianco. Cuocete per altri 5-6 minuti e aggiustate di sale.

PER LA MOUSSE DI MELA

Sbucciate 2 mele e grattugiatele. Prelevate la polpa e mescolatela con il miele, il succo di limone e il succo di un pezzetto di zenzero grattugiato e strizzato.

Mescolate tutto con lo yogurt e frullatelo con il mixer a immersione per ottenere una mousse vellutata.

Servite i filetti di ombrina con le patate, accompagnandoli con la salsa e fettine di mela.

VEGETALI

Vassoio del polpettone
Zara Home,
piattini Motel a Miio.

POLPETTONE DI VERDURE, SPINACI E CACIOCAVALLO CON CREMA DI BARBABIETOLA

Teglia dei capunet
Virginia Casa.

CAPUNET VEGETARIANI CON LENTICCHIE E VERDURE



PATATE ARROSTO CON CREMA DI YOGURT ALLA PAPRICA

POLPETTONE DI VERDURE, SPINACI E CACIOCAVALLO CON CREMA DI BARBABINETOLA

Cuoco Paolo Bussolino
Impegno Facile
Tempo 1 ora e 45 minuti
Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE PER LA CREMA

250 g barbabietole cotte
200 g formaggio spalmabile
mirin (o aceto di riso)

sale – pepe nero – curry

PER IL POLPETTONE

690 g ceci lessati
500 g spinaci
180 g caciocavallo
100 g pane in cassetta
15 g Parmigiano Reggiano Dop
2 uova – semi misti – sale – pepe
prezzemolo – basilico
olio extravergine d'oliva

PER LA CREMA

Pelate le barbabietole, tagliatele e frullatele con un mixer a immersione con 2 cucchiaini di mirin (o aceto di riso), sale, pepe e un cucchiaino di curry, fino a ottenere una crema liscia.

Amalgamatevi il formaggio spalmabile con una spatola, coprite con pellicola a contatto e riponete in frigorifero.

PER IL POLPETTONE

Mondate gli spinaci e scottateli per 3 minuti in acqua bollente salata. Lasciate intiepidire.

Scolate i ceci e sciacquateli.

Raccoglieteli nel mixer, aggiungete il pane spezzettato privato della crosta, il parmigiano grattugiato, 1 uovo, sale, pepe, un ciuffetto di prezzemolo e basilico freschi. Frullate fino a ottenere un composto omogeneo.

Stendete l'impasto tra due fogli di carta da forno, spennellati con poco olio per non far attaccare il composto, aiutandovi con un mattarello, in un rettangolo di circa 35x25 cm.

Lasciate solo il foglio di carta da forno sotto il composto. Distribuite uniformemente gli spinaci sulla superficie del rettangolo lasciando un margine di 5 cm dai bordi, aggiustate di sale e pepe, e distribuite anche il caciocavallo tagliato a fette sottili.

Arrotolate il polpettone su se stesso aiutandovi con la carta alla base.

Chiudetela poi tutta intorno al polpettone, a "caramella". Lasciate riposare in frigorifero per 30 minuti.

Cuocete il polpettone (ancora avvolto

nella carta) in forno già caldo a 180 °C per 35 minuti circa.

Sfornate il polpettone, tagliate la carta per liberare la parte superiore.

Spennellate la superficie del polpettone con 1 uovo sbattuto e cospargete con una spolverata di semi misti quindi cuocete per altri 5-7 minuti.

Sfornate e lasciate riposare per 10-15 minuti prima di servirlo, con la mousse di barbabietola.

CAPUNET VEGETARIANI CON LENTICCHIE E VERDURE

I consigli di Klugmann: «Propongo un'alternativa tutta italiana senza zenzero e tahina per il ripieno: ricotta di pecora stagionata e concentrato di pomodoro, origano, maggiorana, un po' di succo di limone a condire le lenticchie».

Cuoco Paolo Bussolino

Impegno Facile

Tempo 1 ora

Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

480 g lenticchie lessate sgocciolate

100 g ricotta di pecora

70 g olive taggiasche

12 foglie di verza grandi

2 carote piccole

1 cipolla rossa piccola

aglio – limone – maggiorana

origano – concentrato di pomodoro

burro – olio extravergine di oliva

sale – pepe nero

Mondate le foglie di verza e lessatele in acqua salata per 3 minuti, raffreddatele in acqua fredda, scolatele e fatele asciugare su carta assorbente.

Mondate e tritate cipolla e carote.

Rosolate 1 spicchio di aglio in una padella capiente con un cucchiaino di olio. Unite le verdure tritate, il sale, 2 cucchiaini di acqua e proseguite la cottura per 7-8 minuti mescolando.

Frullate metà delle lenticchie con la ricotta di pecora ben asciutta, salate e pepate. Unite il resto delle lenticchie, le verdure soffritte, le olive, la maggiorana, l'origano, 2 cucchiaini di concentrato di pomodoro e la scorza di ½ limone.

Amalgamate il composto, che dovrà essere morbido, ma piuttosto compatto.

Farcite le foglie di verza con il ripieno di lenticchie: ponete un cucchiaino

di composto al centro della foglia, ripiegate i bordi laterali verso il centro e poi arrotolate per ottenere l'involto.

Ungete una pirofila capiente, disponetevi gli involtini, condite con sale, pepe e piccoli ciuffetti di burro.

Cuocete in forno ventilato preriscaldato a 180 °C per 20 minuti.

PATATE ARROSTO CON CREMA DI YOGURT ALLA PAPRICA

I consigli di Klugmann:

«Suggerisco di bollire l'aglio senza l'anima prima dell'utilizzo, così da renderlo più delicato. Se si volesse creare maggiore complessità tecnica e creare una salsa più aerata suggerisco l'utilizzo di un sifone e l'aggiunta di un po' di panna alla salsa».

Cuoco Paolo Bussolino

Impegno Facile

Tempo 1 ora

Vegetariana senza glutine

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

700 g patate novelle miste

gialle e rosse

300 g yogurt greco

paprica – curcuma – limone – aglio

erba cipollina – sale – pepe

olio extravergine di oliva

Mondate l'aglio, tagliatelo a metà per il lungo e privatelo dell'anima, sbollentatelo in poca acqua per 2-3 minuti e scolatelo.

Tostate leggermente 1 cucchiaino di paprica e 1 cucchiaino di curcuma con un pizzico di sale, in un pentolino a fuoco moderato, per 1 minuto.

Mescolate lo yogurt con l'aglio schiacciato, le spezie, il succo di mezzo limone. Lasciate riposare in frigorifero coperto con pellicola per 15-20 minuti. Aggiustate di sale e pepe.

Lavate le patate, tagliatele a metà, lasciandole con la buccia. Sciacquatele in acqua fredda, scolatele e asciugatele.

Ponetele su una teglia e conditele con 3-4 cucchiaini di olio e poco sale.

Arrostite in forno statico a 170 °C per 20-25 minuti e poi a 190 °C per altri 15-20 minuti, fino a che non saranno morbide e con una bella crosticina dorata.

Servite le patate con altro sale se serve, erba cipollina tritata e la salsa di yogurt.

Vassoio dell'arrosto
Zara Home, pentola
Le Creuset, tovagliolo
Maisons du Monde.

CARNI E UOVA



ARROSTO DI VITELLO CON SALSA AL BRANDY E PAK CHOI



FRITTATA CON CIME DI RAPA E SCAMORZA

ARROSTO DI VITELLO CON SALSA AL BRANDY E PAK CHOI

I consigli di Klugmann: «Quando la cottura della carne sarà terminata e inizierà il riposo, consiglio di eliminare il grasso dalla teglia anche tamponandolo con la carta da cucina. Deglassare con il brandy e aggiungere sedano, carota e cipolla tagliati sottilmente, unire acqua o brodo di pollo. Fare sobbollire scoperto per almeno 30 minuti, filtrare e ridurre».

Cuoco Paolo Bussolino
Impegno Facile
Tempo 1 ora e 30 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

1,2 kg sottofesa di vitello
50 g brandy
3 pak choi
sedano
carota – cipolla
rosmarino – timo
salvia – aglio
olio extravergine d'oliva
sale – pepe

Pulite la carne dal grasso in eccesso e dal tessuto connettivo. Legatela ad arrosto con lo spago, ungetela con poco olio, salatela e pepatela.

Rosolatela in una casseruola con 2 cucchiaini, le erbe aromatiche e 2 spicchi d'aglio, voltandola su tutti i lati a fiamma medio-alta.

Sfumate con il brandy, lasciando evaporare la parte alcolica, spegnete e trasferite l'arrosto in una pirofila.

Proseguite la cottura in forno già caldo a 200 °C per circa 35 minuti. Aiutatevi con un termometro da carne: l'arrosto sarà pronto quando la temperatura al cuore arriverà a 65 °C.

Riportate sul fuoco la casseruola con il fondo della rosolatura, aggiungete un trito fatto con 1 piccola carota, ½ costa di sedano e ½ cipolla. Aggiungete 1 mestolo di brodo e fate

sobbollire per 25-30 minuti. Filtrate, riportate sul fuoco e riducete ancora a fiamma vivace per 3-4 minuti.

Sfornate l'arrosto e fatelo riposare avvolto nella carta forno e poi nella stagnola per 15-20 minuti.

Sbollentate i pak choi in acqua salata per 3-5 minuti, scolateli, tagliate a metà per il lungo e condite con sale e olio.

Servite l'arrosto con la salsa al brandy e i pak choi.

FRITTATA CON CIME DI RAPA E SCAMORZA

I consigli di Klugmann: «Invece di bollire le cime di rapa, dopo averle tagliate, potrebbero essere rosolate direttamente nella padella in cui poi si farà la frittata con un filo d'olio, aglio e peperoncino».

Cuoco Paolo Bussolino
Impegno Facile
Tempo 45 minuti
Senza glutine

INGREDIENTI PER 4-6 PERSONE

500 g cime di rapa
150 g scamorza o provola affumicata
70 g pecorino grattugiato
8 uova grandi
aglio
peperoncino
olio extravergine di oliva
sale

Mondate le cime di rapa e tagliatele grossolanamente. Fatele appassire in una padella antiaderente per 10 minuti a fuoco vivace con 2 cucchiaini di olio, 1 spicchio d'aglio e peperoncino a piacere.

Eliminate l'aglio e lasciate intiepidire.

Rompete le uova in una ciotola, unite il pecorino grattugiato, il sale e sbattete. Aggiungete la scamorza a cubetti piccoli e le cime, mescolate bene il composto.

Riportate a temperatura la padella dove avete cotto le cime con altri 2 cucchiaini di olio.

Versatevi il composto di uova, cuocete a fiamma vivace per 2-3 minuti.

Abbassate il fuoco, coprite con un coperchio e proseguite la cottura per altri 5-7 minuti fino a che le uova non si saranno rapprese.

Girate la frittata e cuocetela dall'altro lato per 3 minuti alzando leggermente la fiamma.

Trasferitela su un piatto e tamponatela con carta assorbente per togliere l'unto in eccesso e servitela.



Involtni impanati di maiale, prosciutto e fontina pag. 80

Quello tra il Sangiovese e la carne è uno dei matrimoni più riusciti della tavola italiana. Per accompagnare questi involtini con l'atingolo di acciughe ne abbiamo scelto uno fresco, profondo e gentile, come il Rosso di **Montalcino 2022** di Mastrojanni, ampio, fruttato e fragrante, con un finale lungo e sapido. **33 euro, mastrojanni.com**

Gorgonzola con mousse di formaggio e cozze pag. 85

Sta bene un bianco sapido e persistente, come l'**Etna Bianco Superiore Kudos 2021** di Federico Curtaz, che ha profumi agrumati e di nocciole e una bocca tesa, fresca e minerale, tipico dei vini nati su suoli vulcanici. **40 euro, federicocurtaz.com**

Stracchino e pecorino con Marsala pag. 85

Scegliete lo stesso vino che compare nella ricetta e, se volete farvi un regalo, stappate il **Marsala Vergine Riserva 2011** di Florio: è elegante, salmastro e di persistenza infinita, un vero fuoriclasse. Servitelo a 14 °C. **43 euro, cantineflorio.it**

INVOLTINI IMPANATI DI MAIALE, PROSCIUTTO E FONTINA

I consigli di Klugmann:

«Questi involtini si potrebbero accompagnare con un intingolo di acciughe e prezzemolo».

Cuoco Paolo Bussolino

Impegno Facile

Tempo 45 minuti

più 15 minuti di riposo

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

10-12 fette sottili prosciutto crudo

10-12 fette sottili fontina valdostana

12 fette arista di maiale (3-4 mm)

5-6 filetti di acciuga

3 uova

peperoncino

aglio – senape

aceto balsamico

limone

farina – pangrattato

prezzemolo – ginepro

olio di arachide

olio extravergine d'oliva

sale – pepe

Battete leggermente le fette di arista tra due fogli di carta forno, con un batticarne, cercando di

allargarle il più possibile senza però romperle. Distribuite la carne sul piano di lavoro, pepatele e cospargetele con poco aglio a fettine sottili, prezzemolo tritato e qualche bacca di ginepro tritata. Sovrapponete a ogni fetta di carne 1 di prosciutto e 1 di fontina e arrotolate per formare gli involtini.

Panate gli involtini: prima nella farina, quindi nelle uova sbattute insaporite con un pizzico di sale, infine nel pangrattato. Ripetete l'operazione per creare una doppia panatura.

Fate riposare in frigorifero coperti con pellicola per 15 minuti.

Preparate intanto l'intingolo: tritate le acciughe e fatele sciogliere in un pentolino a fiamma dolcissima, con 1 spicchio d'aglio e mezzo peperoncino tritati, 50 g di olio.

Cuocete per 3-4 minuti, spegnete e aggiungete un ciuffo di prezzemolo tritato, 2 cucchiaini di aceto balsamico, 1 cucchiaino di succo di limone e 1 cucchiaino di senape.

Friggete gli involtini, pochi per volta, in abbondante olio di arachide caldo (160 °C), per 2-3 minuti, e scolateli su carta da cucina e salateli poco.

Servite caldi con l'intingolo di acciughe.



Paolo Bussolino aggiunge bacche di ginepro alle erbe negli involtini, per attenuare il sapore forte del maiale. A fianco, Antonia Klugmann spiega a Paolo Bussolino e Laura Forti come bilanciare la salsa di acciughe unendo limone, aceto balsamico e senape.

Piatto degli involtini
e tovaglioli **Maisons
du Monde**.



INVOLTINI IMPANATI DI MAIALE, PROSCIUTTO E FONTINA

FORMAGGI



STRACCHINO E PECORINO CON MARSALA

Piattini con profilo marrone
del gorgonzola
Zara Home,
forchettina **Sambonet**,
vassoio dello stracchino
Coperta Studio.

GORGONZOLA CON MOUSSE DI FORMAGGIO E COZZE



MOZZARELLA IN CARROZZA

STRACCHINO E PECORINO CON MARSALA

I consigli di Klugmann:

«Visto l'utilizzo del Marsala, consiglio di aggiungere al crumble di taralli del cacao amaro e qualche mandorla tritata».

Cuoco Sara Foschini

Impegno Facile

Tempo 30 minuti più 4 ore di riposo

Vegetariana

INGREDIENTI PER 6 PERSONE

200 g taralli

125 g stracchino

120 g pecorino stagionato

100 g burro

50 g mandorle

2 cucchiaini di cacao amaro

1 bicchiere di Marsala

1 cucchiaino di miele

Frullate molto finemente le mandorle e i taralli. Fondete il burro e scioglietevi il cacao. Unitelo alla polvere e compattatela in uno stampo quadrangolare in uno strato alto circa 6 mm. Lasciatelo riposare per almeno 2 ore in frigorifero.

Tagliatelo poi in 6 porzioni.

In alternativa, potete compattarlo direttamente in stampini singoli e poi sformarli.

Fate ridurre il Marsala in una padellina con il miele, finché non avrà raggiunto una consistenza mielosa (circa 5 minuti).

Disponete sulle basi di taralli lo stracchino e il pecorino, completate con la salsa di Marsala e qualche foglia di maggiorana.

GORGONZOLA CON MOUSSE DI FORMAGGIO E COZZE

Cuoco Sara Foschini

Impegno Facile

Tempo 30 minuti

Senza glutine

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

500 g cozze

160 g gorgonzola piccante

100 g formaggio spalmabile

aglio – prezzemolo

erba cipollina

olio extravergine di oliva

Pulite bene le cozze e fatele aprire in una casseruola con un filo di olio, uno spicchio di aglio e un rametto di prezzemolo. Coprite la pentola con un coperchio e cuocete per 2-3 minuti, senza aggiungere acqua o vino, per ottenere solo il sughino delle cozze. Spegnete dopo 2-3 minuti, o appena vedete che le cozze si aprono.

Sgusciate le cozze, filtrate il loro sughino.

Lavorate il formaggio spalmabile con 2 cucchiaini di acqua delle cozze.

Servite il gorgonzola a fettine, accompagnandolo con la mousse di formaggio alle cozze e con qualche mollusco sgusciato, completando a piacere con fili di erba cipollina.

MOZZARELLA IN CARROZZA

I consigli di Klugmann:

«Le erbe aromatiche mediterranee nella impanatura potrebbero accompagnarsi anche perfettamente a una salsa di pomodoro saporita con cui condire la mozzarella al posto dell'insalata di finocchi e noci proposta in origine».

Cuoco Sara Foschini

Impegno Medio

Tempo 1 ora e 15 minuti

Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

350 g mozzarella per pizza

350 g passata di pomodoro

6 uova

4 fette di pane in cassetta per tramezzini

1 spicchio di aglio

pangrattato

rosmarino

timo – basilico

origano fresco e secco

concentrato di pomodoro

olio di arachide

olio extravergine di oliva

sale

Tagliate a fettine la mozzarella.

Tagliate in due triangoli le fette di pane.

Sbattete le uova e salatele.

Tritate finemente rosmarino

e timo e mescolateli in abbondante

pangrattato.

Farcite i tramezzini con le fette di mozzarella (tagliatele a misura, se servisse) e passatele nelle uova sbattute, nel pangrattato, poi di nuovo nelle uova e nel pangrattato.

Appoggiate le carrozze su un vassoio e lasciatele riposare in frigorifero per 30 minuti.

Preparate intanto la salsa: scaldate 2 cucchiaini di olio extravergine con uno spicchio di aglio sbucciato e tagliato a metà. Unite un cucchiaino di concentrato e stemperatelo.

Aggiungete quindi la passata, una presa di sale e fate cuocere per circa 10-15 minuti, o finché non sarà ben ristretta. Completate poi con origano fresco e secco.

Friggete le carrozze in abbondante olio di arachide ben caldo (180 °C) per 1-2 minuti, fino a doratura.

Scolatele su carta da cucina, salatele e servitele calde, accompagnandole con la salsa.



Financier al cioccolato e streusel agli agrumi pag. 89

Con il suo gusto persistente e gli aromi di agrumi e uva passa, il Passito di Pantelleria è un vino molto adatto ad accompagnare dolci al cioccolato e arancia. Provate il **Serapias 2022** di Mandrarossa, che ha un bell'equilibrio tra dolcezza e freschezza. Servitelo a 14 °C. 30 euro, mandrarossa.it

Torta paradiso alla vaniglia e mele pag. 89 + Croccante di mandorle e pinoli con cremoso limone e timo e pere al pepe pag. 89

Ci piace accompagnare i dolci con la frutta con un vino leggero, fragrante e spumeggiante come il Moscato d'Asti; provate il **Canelli San Gròd 2024** di Vini Torelli, molto tipico con i suoi profumi di fiori d'acacia, erbe aromatiche, pesca e albicocca. 12,50 euro, vinitorelli.it

DOLCI



CROCCANTE DI MANDORLE E PINOLI CON CREMOSO LIMONE E TIMO E PERE AL PEPE

Teglia della
torta di mele
Le Creuset.



TORTA PARADISO ALLA VANIGLIA E MELE



FINANCIER AL CIOCCOLATO E STREUSEL AGLI AGRUMI

**CROCCANTE DI MANDORLE
E PINOLI CON CREMOSO
LIMONE E TIMO E PERE
AL PEPE****Cuoco** Emanuele Frigerio**Impegno** Per esperti**Tempo** 1 ora**Vegetariana****INGREDIENTI PER 6 PERSONE****PER IL CREMOSO****200 g cioccolato bianco****100 g latte fresco intero****100 g panna fresca liquida****30 g zucchero****30 g scorza di limone****2 tuorli****PER IL CROCCANTE****250 g granella di mandorle****200 g zucchero****100 g pinoli****succo di limone – olio di semi****PER LA PERA****1 pera Williams – succo di limone****zucchero – pepe – menta****PER IL CREMOSO****Scaldare** la panna e il latte fino quasi al bollore.**Sbattete** in una ciotola i tuorli con lo zucchero. Versatevi sopra il latte con la panna, mescolate e tornate sul fuoco. Cuocete mescolando fino a quando la crema non vela il cucchiaino (circa 82 °C).**Spegnete** la crema, unitevi il cioccolato bianco a pezzettini e la scorza di limone, mescolate per sciogliere il cioccolato, quindi amalgamate tutto con un mixer a immersione, per una struttura più fine.**Mettete** a riposare in frigorifero il cremoso intanto che preparate il croccante.**PER IL CROCCANTE****Frullate** i pinoli nella stessa grana della granella di mandorle, quindi mescolate le due granelle.**Sciogliete** lo zucchero con qualche goccia di succo di limone, portatelo a 167 °C, quindi unite nella casseruola la granella di mandorle e i pinoli e mescolate.**Versate** il composto su un ripiano unto di olio di semi e stendetelo in uno strato rettangolare sottilissimo (allo spessore della granella). Ritagliatevi quindi due dischi da 18 cm di diametro. (Se durante questa operazione il caramello dovesse raffreddarsi troppo velocemente, rendendo difficile la sua manipolazione, trasferitelo

in una teglia e fatelo riscaldare in forno a 170 °C finché torna malleabile).

PER LA PERA**Sbucciate** la pera e tagliatela a bastoncini, raccoglieteli in una ciotola e conditeli con succo di limone, zucchero e pepe macinato.**PER LA TORTA****Componete** la torta disponendo alla base un disco di croccante, poi uno strato di cremoso alternato a fettine di pera, quindi adagiate il secondo disco di croccante e guarnitelo allo stesso modo, completando con foglie di menta fresca.**TORTA PARADISO
ALLA VANIGLIA E MELE***I consigli di Klugmann:**«In primavera inoltrata, questa torta si può provare con fragole di ottima qualità al posto delle mele e qualche foglia di basilico fresco da aggiungere all'ultimo».***Cuoco** Emanuele Frigerio**Impegno** Facile**Tempo** 1 ora**Vegetariana****INGREDIENTI PER 10 PERSONE****225 g zucchero semolato****105 g farina 00****75 g burro – 60 g fecola****60 g gherigli di noci****5 uova piccole – 6 tuorli****1 baccello di vaniglia****1 mela Golden****Sbattete** le uova e i tuorli nella ciotola della planetaria, unite lo zucchero e montate a lungo (almeno 10 minuti) finché non diventeranno spumosi e chiari.**Mescolate** la farina con la fecola, setacciandole, poi incorporatele al composto di uova.**Fondete** il burro senza scaldarlo troppo, quindi unitevi i semi della vaniglia e unitelo all'impasto.**Versatelo** infine in una tortiera imburata e infarinata (ø 28 cm), aggiungendo contemporaneamente, sparse, le noci spezzettate grossolanamente.**Lavate** la mela, tagliatela a fettine sottilissime, meglio con una mandolina, e disponetele sulla superficie della torta.**Cuocetela** nel forno statico a 170 °C per circa 35 minuti.**Sfornatela** e lasciatela raffreddare prima di tagliarla.**FINANCIER AL CIOCCOLATO
E STREUSEL AGLI AGRUMI****Cuoco** Emanuele Frigerio**Impegno** Facile**Tempo** 1 ora e 15 minuti

più 2 ore di riposo

Vegetariana**INGREDIENTI PER 4 PERSONE****PER IL FINANCIER****270 g albume****190 g farina di mandorle****150 g zucchero a velo****75 g panna fresca****50 g cioccolato fondente****10 g amido di mais****10 g cacao amaro****arancia candita****burro e farina per lo stampo****PER LO STREUSEL****50 g zucchero di canna grezzo****50 g farina di mandorle****50 g burro****50 g farina 00****scorza di mezza arancia****scorza di mezzo limone****PER IL FINANCIER****Mescolate** bene tra loro la farina di mandorle, lo zucchero a velo, l'amido di mais e il cacao. Aggiungete gli albumi e la panna e mescolate nuovamente, energicamente, con una frusta, in modo da amalgamare bene tutti gli ingredienti, sciogliendo gli eventuali grumi.**Fondete** il cioccolato e aggiungetelo all'impasto mescolando nuovamente, quindi versate il composto in uno stampo da plum cake da 1 litro imburato e infarinato, e foderato sul fondo con una striscia di carta da forno sbordante, per facilitarvi quando lo dovrete sfornare.

In alternativa, potete utilizzare lo stampo multiplo in silicone da 9 pezzi, imburando e infarinando le cavità.

Riponete lo stampo in frigorifero per 2 ore, in modo che abbia consistenza per sostenere lo streusel.**PER LO STREUSEL****Mescolate** tutti gli ingredienti ottenendo un composto grezzo di briciole.**Distribuite** lo streusel sulla superficie del financier insieme con qualche pezzetto di arancia candita e infornate a 175 °C per circa 45 minuti (o 15 minuti se avete i financier piccoli).**Sfornate** e sfornate il dolce e servitelo.

PRANZO DI FESTA

IL GRAN BOLLITO

Una ricetta che ha il sapore delle riunioni di famiglia, della tradizione, delle occasioni speciali. Siamo andati a scoprire come lo preparano da Giacomo Bistrot a Milano. Servito in un elegante carrello

RICETTE **EMANUELE SETTEL**
TESTI **FEDERICA SOLERA**
FOTO **JACOPO SALVI**





IL GRAN BOLLITO MISTO

Impegno Medio

Tempo 5 ore più 8 ore di riposo

Senza glutine

INGREDIENTI PER 12-15 PERSONE

3 kg 1 cappone già puito

1,5 kg cappello del prete di manzo

1 kg lingua di vitello

1 kg biancostato di croce di manzo

500 g cotechino

500 g cappello del prete di vitello

400 g testina di vitello

patate lessate

sedano – carote

cipolla – aglio

anice stellato basilico

chiodi di garofano

alloro – sale

Steccate il cotechino con lunghi spiedi di bambù, immergetelo in una pentola capiente piena di acqua fredda e lasciatelo riposare a temperatura ambiente per almeno 8 ore. Cambiate l'acqua, mettete il cotechino immerso in acqua fredda sul fuoco a fiamma vivace fino a che non avrà raggiunto il bollore, abbassate e cuocete per circa 3 ore lasciando sobbollire piano.

Riunite in un'altra pentola abbastanza capiente 1 costa di sedano, 2 carote, 1 cipolla e 1 spicchio di aglio mondati, aggiungete 1 foglia di alloro, 1 stella di anice stellato e 2 chiodi di garofano, portate a ebollizione, sale leggermente, quindi immergete il cappello del prete di manzo, dopo 15 minuti la lingua e dopo altri 15 minuti il cappello del prete di vitello. Proseguite con la cottura facendo sobbollire per 1 ora e mezza.

Preparate un'altra pentola con la base di verdure mondare e private delle bucce: 1 costa di sedano, 2 carote, 1 cipolla e 1 spicchio di aglio con 1 foglia di alloro, 2 chiodi di garofano e 1 anice stellato. Riempite di acqua e portate a bollore, poi salate poco. Preparate intanto la testina: arrotolatela con ½ gambo di sedano tagliata per il lungo, 1 carota pelata e tagliata a bastoncini e 1 rametto di basilico. Immergete il biancostato nell'acqua bollente, lasciate riprendere il bollore e abbassate leggermente la fiamma, unite la testina dopo 30 minuti e proseguite la cottura per 1 ora e mezza molto adagio.

Procedete così anche per il cappone, che va cotto a parte, sempre

con la stessa base di verdure e va fatto sobbollire per 1 ora e 30 minuti.

Lasciate le carni, che a mano a mano saranno cotte, nei loro brodi per tenerle al caldo e pareggiare i tempi.

Servite le carni con patate lessate, le verdure del brodo, le salse rossa e verde di cui trovate le ricette a seguire, la mostarda di frutta.

Lo chef ha usato quella di Trivella, un piccolo produttore del Cremonese.

LA SALSA ROSSA

Impegno Facile

Tempo 35 minuti

Vegariana senza glutine

1 kg peperoni rossi

500 g cipolle rosse

200 g vino rosso

200 g aceto di vino rosso

olio extravergine di oliva

sale

Mondate e lavate le verdure, poi tagliate tutto a fettine sottili.

Scaldare una padella con 3 cucchiari di olio e fate appassire le cipolle a fiamma medio-alta mescolandole per 4-5 minuti.

Unite anche i peperoni, fate appassire per 2-3 minuti e proseguite, mescolando continuamente, poi sfumate con il vino e l'aceto. Salate e terminate la cottura, in altri 10 minuti, riducendo leggermente la fiamma, se necessario.

Togliete dal fuoco, aggiustate di sale se necessario, lasciate riposare 3-5 minuti. Trasferite tutto in un contenitore adatto e frullate con un mixer a immersione fino a ottenere un composto liscio e omogeneo. Per un risultato ottimale, filtrate con un colino a maglia fine. Lasciate raffreddare, prima a temperatura ambiente e poi in frigo per 1 ora. Si può preparare con anticipo e conservare fino a 3 giorni.

LA SALSA VERDE

Impegno Facile

Tempo 30 minuti più 1 ora di riposo

300 g olio extravergine di oliva

240 g prezzemolo

160 g mollica

100 g aceto di vino bianco

6 acciughe sott'olio

2 spicchi di aglio

2 cucchiari di capperi dissalati – sale

Mettete a bagno la mollica con l'aceto.

Pulite gli spicchi di aglio privandoli della buccia e dell'anima.

Lavate il prezzemolo, sfogliatelo e asciugatelo delicatamente.

Riunite tutti gli ingredienti, tranne l'olio, in un contenitore adatto e iniziate a frullare con il mixer a immersione, unite l'olio a filo fino a ottenere un composto omogeneo e cremoso.

Lasciate riposare in frigo 1 ora.

Aggiustate di sale, se necessario.

IL CONSIGLIO DEL CUOCO

«Un buon bollito è la somma delle varie caratteristiche dei tagli e delle tradizioni distintive delle regioni italiane settentrionali (Lombardia, Emilia Romagna, Piemonte e Veneto). Oggi si vuole restituire nel piatto anche l'attualità della cucina scegliendo tagli magri o sgrassati, ma allo stesso tempo saporiti, e accompagnandoli con salse di semplice lavorazione. Per un servizio a 5 stelle, Emanuele consiglia di mantenere le carni in caldo nel brodo di cappone sgrassato, di tagliarle al momento e servirle, partendo dal taglio più magro per andare verso il più grasso, di condirle con sale e un filo di olio extravergine e di accomagnare con le salse, la mostarda e le verdure tornite e cotte in brodo di cappone sgrassato. Per fare questa operazione fatelo raffreddare per 8-12 ore in frigo, poi eliminate il grasso rappreso in superficie. Questo brodo sarà perfetto per cuocere e servire dei tortellini bolognesi fatti a mano».

Giacomo Bistrot, parte del Gruppo Giacomo Milano, esprime la sua identità culinaria concentrandosi sulla semplicità delle preparazioni, sulla tradizione e sulla valorizzazione delle materie prime che seguono con rigore la stagionalità.







EMANUELE SETTEL

Nato e cresciuto a Roma, inizia la sua carriera in cucina a 27 anni. Nel 2012 si trasferisce a Miami e inizia a lavorare presso il ristorante Piccola Cucina, dedicandosi all'apprendimento delle diverse culture culinarie. Dopo esperienze a New York e a Ibiza, nel 2018 torna in Italia al Carignano di Torino, che ottiene una stella Michelin proprio quell'anno. Nel 2021 viene nominato Executive Chef del gruppo milanese Giacomo Milano.

I SETTE TAGLI

Per lessare tutti i tagli, tranne il cotechino che viene cotto in acqua semplice non salata, si usa la stessa base, detta dote, composta da: sedano, carota, cipolla, aglio, anice stellato, chiodi di garofano, alloro.

IL CAPPONE

Gallo castrato, dalle carni bianche e tenere. Viene eviscerato, fiammeggiato, lavato e bollito da solo per mantenere intatto il suo brodo così che poi si possa utilizzare per mantenere le carni in caldo prima del servizio o per servire i tortellini.

CAPPELLO DEL PRETE DI MANZO

Un taglio fondamentale, carnoso e gustoso. Si ricava dai muscoli posteriori della spalla. È attraversato da una venatura di grasso che lo rende particolarmente adatto ai bolliti.

CAPPELLO DEL PRETE DI VITELLO

Risulta più ridotto nelle dimensioni rispetto a quello di bovino adulto, altrettanto adatto al bollito grazie al contenuto di tessuto connettivo.

LINGUA

La lingua di vitello è una delle

frattaglie con il minor tenore di colesterolo. Dopo la cottura, eliminate la pelle che la ricopre quando è ancora calda.

TESTINA DI VITELLO

Ricavata dalla parte esterna del capo, è un taglio dalla consistenza gelatinosa e scioglievole. Comprende anche una porzione di guancia, più carnosa. Fatevela preparare dal macellaio, aperta come un rettangolo pronto per essere farcito. Disponetevi sopra 1 gambo di sedano, 1 carota tagliata per il lungo, 1 rametto di basilico, arrotolata e legata con spago da arrosto.

BIANCOSTATO

Questo taglio misto di ossa e muscoli ha una forma appena appiattita. Per bolliti e brasati viene disossato e legato per un servizio più agevole.

COTECHINO

Va sgrassato bene per gustare al meglio le sue carni: steccandolo la sera prima e lasciandolo a bagno, il rilascio dei grassi avviene in maniera graduale. Questo dona alla carne cotta un sapore più delicato e un morso più morbido, non gommoso.



Dall'alto, i sette tagli e alcune delle verdure per la dote e per le salse; la salsa rossa; il gran bollito servito con le verdure lessate, le due salse e la mostarda cremonese.

SPECIALE OFFERTA ABBONAMENTO

OGNI MESE NUOVE RICETTE E CONSIGLI DI CUCINA



1 ANNO A SOLI € 25

anziché € 54,00

Edizione digitale inclusa

SCONTO 54%

ABBONATI SUBITO

OFFERTE.ABBONATIQUI.IT/LCI2025



Il prezzo intero, lo sconto e il risparmio, sono calcolati per 12 numeri de LA CUCINA ITALIANA venduti al prezzo unitario di copertina di € 4,50 (escluso il contributo alle spese di spedizione). Ai fini dello sconto indicato non sono considerate le offerte promozionali in corso in edicola e le vendite in edicola in determinate aree e/o città a prezzo unitario di copertina inferiore a € 4,50. La presente offerta, in conformità con l'art.45 e ss. del codice del consumo, è formulata da Edizioni Condé Nast. Puoi recedere entro 14 giorni dalla ricezione del primo numero. Per maggiori informazioni visita www.abbonatiqui.it/cga.



SPECIALE

TIRAMISÙ

CINQUE VERSIONI FANTASIA

RICETTE **JOËLLE NÉDERLANTS**, TESTI **LAURA FORTI**
FOTO **RICCARDO LETTIERI**, STYLING **BEATRICE PRADA**

BABA-MISÙ



**SEMIFREDDO AL MASCARPONE
CON CUORE DI PAN DI SPAGNA E CAFFÈ**

**CHARLOTTE
AL TIRAMISÙ**





**«DIPLOMATICA»
AL TIRAMISÙ**



CROSTATA-MISÙ



Joëlle Néderlants

Pasticciera e cuoca, per diversi anni responsabile della nostra cucina di redazione, ama moltissimo sperimentare, soprattutto quando si tratta di dolci. In questo servizio, ha scelto di declinare in versione tiramisù alcuni grandi classici della pasticceria: è partita dalla crema tiramisù originale, che ha modificato con variazioni diverse, in base al dolce che andava a farcire.

BABA-MISÙ

Impegno Medio

Tempo 1 ora e 10 minuti più 2 ore di riposo

Vegetariana

INGREDIENTI PER 8 PERSONE

PER IL BABÀ

250 g farina Manitoba
250 g uova fredde
75 g burro
15 g zucchero bianco
15 g miele di acacia
10 g lievito di birra fresco
10 g latte
12 g cacao
5 g sale

PER LA BAGNA

250 g caffè
100 g zucchero
100 g rum

PER LA CREMA TIRAMISÙ

400 g mascarpone
110 g zucchero
4 tuorli – cacao

PER IL BABÀ

Sbattete le uova appena tolte dal frigorifero, dividetele a metà e lasciatene una parte in frigorifero.

Versate la farina Manitoba nella ciotola dell'impastatrice, quindi sciogliete il lievito nel latte e unitelo.

Iniziate a impastare e aggiungete la prima metà delle uova, a filo, quindi il burro morbido impastato con il cacao, poi lo zucchero e il miele. Incorporate tutto e lavorate per 5-8 minuti, finché la pasta non si stacca bene dai bordi. Copritela con la pellicola e lasciatela

riposare in frigorifero per 30 minuti.

Riprendete la pasta, aggiungete l'altra metà delle uova, prese dal frigo, e alla fine il sale. Impastate tutto fino a che non sarà di nuovo omogeneo e liscio, quindi versate il composto in uno stampo della forma che preferite. Riempitelo per circa un terzo e lasciate lievitare il composto finché non raggiunge quasi la sommità dello stampo, non oltre (circa 1 ora e mezza).

Infornatelo a 210 °C per circa 20-25 minuti.

PER LA BAGNA

Scaldare il caffè con lo zucchero, quanto basta per scioglierlo, spegnete e unite il rum. Lasciate raffreddare.

Sfornate il babà e lasciatelo intiepidire, quindi immergetelo nel caffè e rum, imbevendolo.

PER LA CREMA TIRAMISÙ

Mescolate i tuorli con lo zucchero. Portate a bollore dell'acqua in una pentola, appoggiatevi la ciotola con i tuorli, senza che tocchi l'acqua, e montateli a bagnomaria con le fruste elettriche, rimanendo sopra la fonte di calore finché le uova non raggiungono la temperatura di 60 °C, non oltre. In alternativa, montate senza bagnomaria 80 g di tuorlo pastorizzato (al supermercato).

Spostatevi dal bagnomaria e lasciate raffreddare i tuorli, quindi incorporate il mascarpone e montate con le fruste elettriche fino a ottenere una crema omogenea.

Tagliate il babà e farcitelo con la crema tiramisù, completando con il cacao.

LA RICETTA DI COPERTINA

SEMIFREDDO AL MASCARPONE CON CUORE DI PAN DI SPAGNA E CAFFÈ

Impegno Per esperti

Tempo 2 ore e 20 minuti
più 12 ore di riposo

INGREDIENTI PER 12 PERSONE

PER IL PAN DI SPAGNA

120 g zucchero
120 g farina più un po'
30 g cacao
4 uova – burro – sale

PER IL SEMIFREDDO AL MASCARPONE

500 g mascarpone
350 g panna fresca
90 g zucchero
10 g gelatina alimentare in fogli
6 tuorli

1 baccello di vaniglia

PER LA CREMA AL CAFFÈ

100 g latte
100 g panna fresca
50 g zucchero
2,5 g gelatina alimentare in fogli
2 tuorli
1 cucchiaino di caffè solubile
PER LA BAGNA
2 tazze di caffè
2 cucchiaini di liquore al caffè

PER IL PAN DI SPAGNA

Montate le uova con lo zucchero molto a lungo, finché non saranno chiare e spumose.

Mescolate la farina con il cacao e una presa di sale, quindi incorporate il tutto nelle uova montate.

Versate il composto in uno stampo a cerniera (Ø 22 cm), imburrate e infarinate, e infornate a 180 °C per 25-30 minuti.

Sfornate il pan di Spagna, capovolgetelo su una griglia e lasciatelo intiepidire, quindi togliete lo stampo.

PER IL SEMIFREDDO AL MASCARPONE

Mettete a bagno la gelatina nell'acqua fredda.

Scaldare la panna con il baccello di vaniglia aperto per il lungo.

Sbattete i tuorli con lo zucchero, versatevi sopra la panna calda, filtrandoli, e riportate il composto sul fuoco.

Cuocete per pochi minuti, mescolando, finché la crema non raggiunge gli 82 °C. Se non avete il termometro, capirete che è pronta quando vela il cucchiaino. Spegnete e aggiungete →

la gelatina strizzata, mescolando per scioglierla bene. Versate la crema in una ciotola e lasciatela raffreddare, quindi aggiungete il mascarpone e montate con le fruste elettriche. Mettete in frigo per 20 minuti.

PER LA CREMA AL CAFFÈ

Mettete a bagno la gelatina in acqua fredda.

Scaldare la panna con il latte e il caffè solubile.

Sbattete i tuorli con lo zucchero e versatevi sopra il latte con la panna, filtrandoli. Riportate il composto sul fuoco e cuocetelo fino a 82 °C.

Spegnete e unite la gelatina strizzata, mescolando per scioglierla bene. Lasciate raffreddare la crema.

PER LA TORTA

Mettete uno strato di semifreddo al mascarpone in uno stampo a ciambella in silicone: noi ne abbiamo utilizzato uno decorato con scanalature a onda, ma può andare bene anche uno liscio. Stendete la crema sul fondo e sui bordi dello stampo, mettendone un primo strato di circa 1,5-2 cm.

Tagliate il pan di Spagna in due dischi, uno spesso 1 cm, l'altro spesso 2 cm.

Foratelo al centro, per adattarlo allo stampo, quindi adagiate lo strato più sottile sopra la crema.

Versate nello stampo la crema al caffè, poi adagiatevi sopra l'altro disco di pan di Spagna, dopo averlo bagnato nella bagna di caffè al liquore, mettendo la parte bagnata a contatto con la crema.

Coprite con altro semifreddo al mascarpone, riempiendo tutti gli spazi rimasti nello stampo, con l'aiuto di una tasca da pasticciere.

Lasciate riposare la ciambella in freezer per 12 ore.

Toglietela e sformatela, quindi attendete 20-30 minuti prima di servirla.

CHARLOTTE AL TIRAMISÙ

Impegno Medio

Tempo 1 ora e 50 minuti

più 3 ore di riposo

Vegetariana

INGREDIENTI PER 8 PERSONE**PER IL GELATO AL CAFFÈ**

250 g latte

250 g panna

160 g zucchero

125 g caffè moka

4 tuorli

PER IL GELATO AL MASCARPONE

200 g latte

150 g mascarpone

80 g zucchero

30 g Marsala

2 tuorli

PER LA CHARLOTTE

20-22 savoiardi

2 tazze di caffè moka – cacao

PER IL GELATO AL CAFFÈ

Scaldare il latte con la panna e il caffè.

Sbattete i tuorli con lo zucchero, versatevi sopra il liquido caldo e riportate il composto sul fuoco. Cuocetelo fino a 82 °C, quindi spegnete e lasciate raffreddare, poi versate in gelatiera e avviate.

PER IL GELATO AL MASCARPONE

Scaldare il latte.

Sbattete i tuorli con lo zucchero, versatevi sopra il latte caldo, riportate il composto sul fuoco e cuocete fino a 82 °C. Spegnete e aggiungete il Marsala.

Lasciate raffreddare fino a temperatura ambiente, quindi unite il mascarpone e incorporatelo con l'aiuto delle fruste elettriche. Versate in gelatiera.

PER LA CHARLOTTE

Foderate i bordi di uno stampo ad anello (Ø 16) con i savoiardi, tagliandoli alla base per adattare l'altezza e disponendoli con la parte panciuta verso l'esterno.

Foderate con i savoiardi anche la base dello stampo.

Versate poi il gelato al caffè e fate un altro strato di savoiardi, bagnati nel caffè. Completate quindi con il gelato al mascarpone.

Lasciate riposare in freezer per 3 ore, poi lasciatela a temperatura ambiente per 10 minuti, completatela con il cacao e servite.

**«DIPLOMATICA»
AL TIRAMISÙ**

Impegno Medio

Tempo 1 ora più 2 ore di riposo

Vegetariana

INGREDIENTI PER 8-10 PERSONE**PER LA SFOGLIA**

230 g pasta sfoglia stesa

zucchero semolato

PER LA CREMA AL MASCARPONE

500 g latte

300 g mascarpone

130 g zucchero

40 g amido di mais

6 tuorli

1 baccello di vaniglia

PER LA BAGNA

2 tazze di caffè

1 cucchiaino di zucchero

1 cucchiaino di liquore a scelta

PER LA TORTA

12 savoiardi

cacao

PER LA SFOGLIA

Disponete la sfoglia con la sua carta da forno su una placca. Bucherellatela con i rebbi di una forchetta, spennellatela con acqua e cospargetela di zucchero semolato.

Copritela con un altro foglio di carta da forno e disponetevi sopra un'altra teglia, in modo che non si gonfi in cottura, quindi infornate a 200 °C per circa 25 minuti. Togliete la teglia di superficie e il foglio di carta da forno, aggiungete un altro poco di zucchero e fatelo caramellizzare in forno per altri 7-8 minuti.

Sfornate la sfoglia e lasciatela intiepidire.

Ritagliatela poi utilizzando un anello di 18 cm di diametro, che vi servirà anche per montare la torta. Se non lo avete, potete utilizzare l'anello a cerniera di uno stampo per torte, togliendo il fondo.

PER LA CREMA AL MASCARPONE

Scaldare il latte con un baccello di vaniglia aperto per il lungo, fino quasi al bollore.

Sbattete i tuorli con lo zucchero e l'amido di mais. Versatevi sopra il latte, filtrato, e riportate il composto sul fuoco. Cuocetelo mescolando per circa 3-5 minuti, finché non si addensa. Lasciate raffreddare la crema pasticciera ottenuta.

Aggiungetevi quindi il mascarpone e montatelo brevemente con le fruste elettriche.

PER LA BAGNA

Preparate 2 tazze di caffè, unite lo zucchero e il liquore e lasciatelo raffreddare.

PER LA TORTA

Sistematela il disco di sfoglia alla base, quindi spalmatevi sopra uno strato di crema, utilizzandone metà.

Fate poi uno strato di savoiardi, dopo averli brevemente imbevuti nel caffè.

Cospargete con un po' di cacao e terminate con la crema rimasta.

Fate riposare la torta in frigorifero

per circa 2 ore, poi toglitela, spezzettate in modo irregolare la sfoglia rimasta e disponetela sulla superficie. Completate con il cacao e servite.

CROSTATA-MISÙ

Impegno Medio

Tempo 2 ore e 15 minuti

più 3 ore di riposo

Vegetariana

INGREDIENTI PER 8-10 PERSONE

PER LA FROLLA

250 g farina 00

140 g burro

80 g zucchero a velo

1 uovo – sale

PER IL PAN DI SPAGNA

60 g zucchero

60 g farina

15 g cacao

2 uova – sale

PER LA CREMA TIRAMISÙ

400 g mascarpone

110 g zucchero

4 tuorli

Marsala

PER LA TORTA

50 g cioccolato fondente

cacao – caffè

Marsala o altro liquore

PER LA FROLLA

Mescolate la farina con lo zucchero a velo, un pizzico di sale e il burro. Lavorate gli ingredienti creando un insieme sabbioso, unite l'uovo e impastate fino a ottenere un panetto omogeneo. Avvolgetelo nella pellicola e fatelo riposare per 1 ora.

Stendete poi la frolla a uno spessore di 4-5 mm: tagliate una striscia e foderate il bordo di un anello (ø 20 cm, h 4,5 cm), appoggiato sopra una placca rivestita di carta da forno. Ritagliate nella pasta rimasta un disco di 22 cm di diametro e foderate il fondo dell'anello, sigillando la base al bordo. Rifilate l'eccesso di pasta e fate riposare così com'è in frigorifero, coperto, per 1 ora.

Appoggiate nello stampo un foglio di carta da forno e riempite lo stampo con i fagioli secchi per la cottura, quindi infornate la frolla a 180 °C per circa 25-30 minuti. Togliete i fagioli e la carta da forno e verificate che sia ben cotto anche il fondo, altrimenti rimettetelo in forno per altri 5-10 minuti.

PER IL PAN DI SPAGNA

Montate le uova con lo zucchero, finché non saranno chiare e spumose.

Mescolate la farina con il cacao e una presa di sale, quindi incorporate il tutto nelle uova montate.

Versate il composto in uno stampo a cerniera (ø 20 cm), imburato e infarinato, e infornate a 180 °C per 25-30 minuti.

PER LA CREMA TIRAMISÙ

Mescolate i tuorli con lo zucchero.

Portate a bollore l'acqua in una pentola, appoggiatevi la ciotola con i tuorli, senza che tocchi l'acqua, e montateli a bagnomaria con le fruste elettriche, rimanendo sopra la fonte di calore finché le uova non raggiungono i 60 °C, non oltre.

In alternativa, montate senza bagnomaria 80 g di tuorlo pastorizzato (al supermercato)

Spostatevi dal bagnomaria e lasciate

raffreddare i tuorli, quindi incorporatevi il mascarpone e montate con le fruste elettriche fino a ottenere una crema omogenea.

PER LA TORTA

Fondete il cioccolato fondente nel microonde o in un pentolino a bagnomaria.

Spennellate il fondo e i bordi interni della crostata con il cioccolato fuso e lasciatelo rapprendere in frigorifero per 10 minuti.

Versate nel guscio di frolla circa un terzo della crema tiramisù, in uno strato uniforme, quindi adagiatevi sopra il disco di pan di Spagna, bagnato in una tazza di caffè con 2 cucchiaini di Marsala.

Coprite con la crema rimasta, sistemata con una spatola e lasciate riposare in frigorifero per circa 2 ore.

Completate con il cacao prima di servire.





TRE VERSIONI D'AUTORE

RICETTE **RENÉ REDZEPI, ALBERTO LANDGRAF, ALAIN DUCASSE E EMMANUEL PILON**
TESTI **ANDREA PETRINI**, FOTO **MARTIN KAUFMANN, VINCENT FERRANÉ, ANTHONY LANNERETONNE**

Nel 2025 s'innalzano mura, si costruiscono nuove frontiere. Sembra di essere tornati ai tempi della Guerra Fredda. In cucina il dialogo è ridotto al minimo, van sempre di moda caste, ordini meritocratici e rivalità. GELINAZI, il supergruppo di chef creato nel 2005 intorno a Fulvio Pierangelini (con Andoni Luis Aduriz, Massimo Bottura e Petter Nilsson) e da allora cresciuto esponenzialmente, si batte contro lo status quo. Per performare il cibo e la fine del copyright delle ricette. Oggi le informazioni circolano alla velocità della luce. D'un piatto possono coesistere infinite versioni. Non c'è più una verità, ma tante verità. Chiedetelo pure a René Redzepi, Inaki Aizpitarte, Virgilio Martinez, Yoshihiro Narisawa, Ana Ros, Dominique Crenn, Albert Adrià o Rodolfo Guzman. O a un centinaio d'altri fiancheggiatori del movimento che da quattro lustri partecipano alle spettacolari performance del gruppo. Ve ne presentiamo tre: René Redzepi, Alberto Landgraf e Alain Ducasse. Tre profili GELINAZI! differenti per altrettante interpretazioni a 360° di uno dei piatti iconici dell'identità italiana: il tiramisù.



Andrea Petrini
Giornalista, scrittore, food curator, direttore artistico di festival e, quando non scrive per *La Cucina Italiana* o collabora per delle riviste in Francia, Austria, Germania, gli USA o la Corea del Sud, Andrea Petrini è il full time Road Manager del gruppo di chef d'avanguardia GELINAZI!

RENÉ REDZEPI

È cresciuto l'interesse per la gastronomia italiana in Danimarca?

«Caspita! Alla fine del secolo scorso, a Copenaghen trovavi solo dei banali ristoranti italiani, di quelli con le candele a tavola o il fiasco del Chianti. Dopo più di vent'anni è cambiato tutto. Tanti giovani italiani sono venuti a lavorare a Copenaghen, da Noma o altrove, portando la cultura delle loro terre».

Ti capita di cucinare italiano a casa?

«Col mestiere che faccio, i fornelli di casa li tocco la domenica, preparo delle cose semplici per la famiglia. Con mia moglie Nadine abbiamo avuto tre bambine e se sfogli *Downtime*, il suo libro di cucina famigliare – è lei che per anni, per tre volte al giorno ha fatto da mangiare alle bimbe – scopri tante influenze italiane. Adoriamo la cucina italiana perché è schietta, basata sugli ingredienti, che va dritta al cuore».

Qual è il piatto plebiscitato in famiglia?

«Il tiramisù! Una volta siamo andati a

cena in un ristorante italiano e come dessert le bimbe hanno assaggiato per la prima volta un tiramisù. Ne andarono talmente pazze che ciascuna ne prese una seconda, generosa porzione. Fu solo di ritorno a casa, trovandole super eccitate, che afferrammo l'orribile verità: si erano sparate una quadrupla dose di caffeina. Non ci fu verso di calmarle prima delle tre del mattino. Adoro il caffè, ma attenzione: c'è troppa richiesta e non abbastanza produzione. Quello di qualità diventerà sempre più un prodotto di lusso. Per questo Tiramisù abbiamo utilizzato del koji d'orzo tostato, che dona al dessert la stessa sensazione aromatica del caffè. Ma non ce n'è neanche una goccia. M'interessa pensare a una gastronomia del futuro, che tiene in conto i cambiamenti climatici, geopolitici e culturali che ci attendono all'orizzonte. Dobbiamo rivalutare le gerarchie dei prodotti e trovare nuovi modi di essere in fase con la natura».

René Redzepi

È da 21 anni lo chef del Noma di Copenaghen, tavola capofila del movimento internazionale della nuova cucina nordica.

Un'ondata «vichinga» che con la sua attenzione portata al locale, ai prodotti raccolti in foresta o ai margini dei sentieri, alle lunghe fermentazioni, alle millenarie influenze della cucina giapponese, per l'essenzialità del gusto, ha cambiato definitivamente il corso del mondo. Nella storia della gastronomia c'è un prima e un dopo il Noma.



La ricetta

«Preparate due torte morbide (Ø 20 cm) con farina, lievito, uova, zucchero e latte, cuocetele in forno fino a che non saranno soffici e dorate. Fatele raffreddare. Tostate il koji d'orzo (cioè orzo fermentato con *Aspergillus oryzae*, si trova in vendita nei negozi di specialità naturali e online, ndr) in forno ripetutamente, fate raffreddare e frullate in polvere: una parte usatela per preparare una bevanda con 160 g di polvere infusa in 800 ml di acqua bollente per 5 minuti, una piccola porzione la userete per spolverizzare il tiramisù al posto del cacao. Preparate una crema al mascarpone con tuorli, zucchero e bitter alla liquirizia su un bagnomaria caldo così da pastorizzare i tuorli. Quando fredda aggiungete panna montata soda. Bagnate completamente le due torte con la bevanda all'orzo. Mettete ⅓ della crema al mascarpone in una ciotola di portata, accomodate una delle torte, distribuite sopra un altro terzo di crema, poi la seconda torta premendo delicatamente, infine coprite con il resto della crema e spolverizzate con la polvere di orzo setacciata. Mettete in frigo per 2 ore prima di servire».

Le tre ricette dettagliate anche su lacucinaitaliana.it

ALBERTO LANDGRAF

Sei tra gli chef più in vista oggi in America Latina, ma pochi sanno che oltre ad avere una mamma giapponese e un papà tedesco, la tua nonna paterna aveva delle lontane origini italiane...

«Sì, si chiamava Malvina de Camilio, io non l'ho mai conosciuta, un vero peccato, papà me ne parlava tanto. Noi vivevamo in una fattoria lontano da tutto e qualcosa del lascito del cibo della nonna si è tramandato nei piatti che ogni giorno si preparavano per rifocillare tutti noi e i nostri aiutanti che nei campi lavoravano duro: ragù, pietanze con tanto amido, polenta un giorno sì e l'altro no», mi racconta Alberto Landgraf. In Brasile è impossibile astrarsi dalle influenze italiane. Storicamente, dopo la prima ondata d'immigrazione giapponese, che stando ai censimenti è tuttora la comunità più cospicua repertoriata al di fuori del

Giappone, la seconda per importanza è senza dubbio la comunità italiana. Dall'Italia sono sbarcati in tanti, inseguendo da noi come i francesi il sogno d'un Brasile che fa tanto cartolina postale: il sole, le spiagge, i cocktail. Eppure trovare dei posti buoni dove mangiare italiano resta sempre un'impresa un po' spinosa.

Non ci sono ristoranti italiani che ami?

«Devi considerare il contesto. Qui tutto è cresciuto in modo anarchico, senza regole. Abbiamo tutti mangiato per decenni una cucina italiana che così non esiste altrove. Voi direste che la carbonara è fatta con delle uova, tuorlo e albume, ma anche con una doppia scondellata di panna liquida, pisellini e chicchi di mais insieme al formaggio? E chi più ne ha più ne metta. Quello che a me piace di più è Shi Mona, un «buchetto» tenuto da tre giapponesi che sfornano a getto continuo dei piatti di pasta da andar fuori di testa!».

La ricetta

«Mescolate 4 tuorli, 100 g di zucchero, 100 g di tofu setoso, 100 g di mascarpone e 100 g di crema di noci brasiliane. In una ciotola a parte montate 100 g di doppia panna fredda da incorporare al composto di mascarpone. Aggiungete gli albumi a neve ben ferma. Immergete ogni savoiardo in 300 ml di caffè freddo: per 200 g di tiramisù prevedete circa 12 savoiardi. Distribuite nel piatto di portata 6 savoiardi, poi metà del composto di mascarpone, un altro strato di savoiardi inzuppati e coprite con il resto della crema di mascarpone. Raffreddate per almeno 4-6 ore, meglio una notte intera. Prima di servire il tiramisù, completate con un generoso strato di noci brasiliane a lamelle, per un gioco di consistenze».

**Alberto Landgraf**

Formato a Londra da Gordon Ramsay e Tom Aikens all'epoca del Modern British, di ritorno in Brasile stravinse tutti gli onori, comprese due stelle Michelin. La cucina d'Oteque a Rio, va all'essenziale, con sapori netti, complessi, tra amaro, acidità e salinità, dei menu a misura umana, attenti all'eccellenza del prodotto, frutti di mare, pesce, verdure essenzialmente. Senza mai sforzare lo storytelling.



ALAIN DUCASSE ED EMMANUEL PILON

Come spiegare la naturalità come filosofia di cucina?

Alain Ducasse: «Io sono la mente, lo spirito, quello che dà una visione, un obiettivo. Ed Emmanuel è il tecnico fuoriclasse, con una sensibilità tutta sua, l'orafo d'una gestualità esatta che sola può dare forma al nostro progetto comune. La naturalità associa etica alimentare e tecniche d'avanguardia, pesci, legumi e cereali nel rispetto totale della stagionalità e della durabilità. Tutte le tecniche sono buone per far sì che d'un prodotto non si getti niente. E se in un'indivia cerchiamo essenzialmente l'amaro, allora la parte bassa, quella delle radici sottoterra, là dove l'amaro è particolarmente concentrato, ha altrettanta nobiltà della parte alta, la sola che tanti stolti, per pigrizia mentale, utilizzano gettando tutto il resto.

Mettetevi d'accordo anche sul dolce: zuppa inglese o tiramisù?

Emmanuel Pilon (*chef del ristorante Louis XV, nella foto in alto insieme con Alain Ducasse, ndr*): «Noi abbiamo

preparato una zuppa inglese, perché se ci riflettiamo è un po' la matrice del tiramisù. Qui al Louis XV ci sono ragazzi che vengono da Berton, da Crippa o da Oldani. Abbiamo fatto delle ricerche ma l'Alkermes con le sue dolci e speziate note amarognole, un po' balsamiche in Francia è difficile da reperire. Uno dei nostri mandati in avanscoperta al mercato di Ventimiglia è rientrato vittorioso con un litrone d'Alkermes preso in uno spaccio dozzinale. Quando monsieur Ducasse è passato per provare il nostro dessert, l'ha solo annusato, gli ha dato un'occhiata ma non l'ha neanche toccato. Invece con nonchalance ha detto: «Ma che Alkermes avete utilizzato?». Quando gli abbiamo mostrato il nostro liquore *bon marché*, è scoppiato a ridere. «Ma siete matti? Il vero Alkermes è quello dell'Officina Santa Maria Novella». A monsieur Ducasse non la si fa, è imbattibile, ha un palato affilato e una conoscenza senza limiti. Prenderlo in fallo non si riesce».



Alain Ducasse

Al Louis XV di Monaco, al Meurice parigino o nell'hôtel particulier della Maison Baccarat, nel cuore della capitale francese, Alain Ducasse esplora in modo radicale una cucina etica e rispettosa della natura. A tendenza vegetale, la naturalità ducassiana fa dell'altissima gastronomia un vettore d'umanesimo che il grande chef distilla nei suoi ristoranti in tutto il resto del mondo. Un maître-à-penser per niente saggio, un veterano con la grinta d'un ventenne.

La ricetta

«Mescolate 1 kg di crema pasticciera e 300 g di panna montata. Cuocete al forno a 200 °C per 7-8 minuti un biscotto savoiardo fatto con 125 g di tuorli, 155 g di zucchero, 200 g d'albume, 30 g di zucchero, 150 g di farina 00 e 65 g di fecola di patate. Con 1 litro di latte, 200 g di tuorli d'uovo, 150 g di zucchero fate una crema da incorporare a 200 g di cioccolato Thailande Alain Ducasse. Mixate e fate raffreddare 5 ore in frigo. Per l'emulsione all'Alkermes, montate in planetaria 60 g d'albume, con 5 g d'albume in polvere, 120 g di sciroppo al limone, 30 g di zucchero e 20 g d'Alkermes di Santa Maria Novella. In un piatto disponete un disco di biscotto inzuppato con l'emulsione, coprite con la crema diplomatica, appoggiate un altro disco, più piccolo, di biscotto inzuppato, coprite con la crema al cioccolato, completate con altra emulsione e una grattugiata di cioccolato fondente».

PROVATO PER VOI

FRIGGERE CON L'ARIA

Cioè l'esatto contrario di «aria fritta». Perché queste cinque ricette hanno sostanza e leggerezza, sapore e freschezza, originalità e consuetudine, sotto lo stesso involucro croccante

RICETTE **SARA FOSCHINI**, TESTI **ANGELA ODONE**
FOTO **DAVIDE LOVATTI**, STYLING **BEATRICE PRADA**





CREMA COTTA FRITTA

PROVATO PER VOI



CRUMBLE CON PERE, FONTINA E SPECK

Per realizzare le ricette di questo servizio abbiamo usato la friggitrice ad aria Airfryer con doppio cestello Philips serie 3000.



TEGLIA DI VERDURE CON UOVO

PROVATO PER VOI



GNOCCHI ALLA ROMANA ALLA MANIERA SORRENTINA



COSCE DI POLLO MARINATE ALLO YOGURT E CAVOLINI DI BRUXELLES

CREMA COTTA FRITTA

Impegno Facile

Tempo 40 minuti

più 4 ore di raffreddamento

Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

500 g latte

70 g zucchero

40 g amido di mais

4 tuorli – 2 uova

1 baccello di vaniglia

scorza di arancia

farina di mandorle – pangrattato

olio spray per friggitrice ad aria

Sbattete i tuorli con lo zucchero, l'amido e la scorza grattugiata di 1 arancia.

Scaldare il latte con un baccello di vaniglia aperto a metà nel senso della lunghezza.

Filtrate il latte sui tuorli, mescolate bene e riportate sul fuoco cuocendo fino a che non si sarà addensato.

Versate la crema in una placchetta foderata di pellicola alimentare in modo da ottenere uno spessore di almeno un paio di centimetri e fate raffreddare prima fuori del frigo per 1 ora e poi in frigorifero per almeno 3 ore.

Togliete la crema dal frigo e tagliatela in quadrotti di circa 4 cm di lato.

Sbattete le uova in un piatto, versate 4-5 cucchiaini di farina di mandorle e di pangrattato in altri due piatti separati.

Passate i quadrotti di crema prima nella farina di mandorle, poi nelle uova sbattute e infine nel pangrattato.

Spruzzate i quadrotti con l'olio spray.

Disponete i quadrotti nel cestello

della friggitrice ad aria e cuoceteli a 180 °C per 5-6 minuti, poi estraete il cestello, voltate i quadrotti e cuocete per altri 3-4 minuti. Serviteli subito.

CRUMBLE CON PERE, FONTINA E SPECK

Impegno Facile

Tempo 1 ora

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

600 g 2 pere Abate

100 g farina 00

100 g Fontina Dop

60 g burro freddo – sale

50 g speck a striscioline

20 g zucchero – 1 limone

Raccogliete in una ciotola la farina con il burro, un bel pizzico di sale e lo zucchero e iniziate a lavorare con le mani fino a ottenere un composto sabbioso.

Lavate le pere, affettatele senza sbucciarle e bagnatele con succo di limone.

Tagliate la fontina a fettine.

Imburrate leggermente una pirofila (13x18x4 cm)

Distribuite due strati di fettine di pere, poi due di fettine sottili di fontina, poi uno strato di speck a striscioline, di nuovo pere, di nuovo fontina e speck e ricoprite con il crumble.

Infornate a 180 °C per 20 minuti.

Coprite con un foglio di alluminio e proseguite la cottura per altri 10 minuti.

Sfornate, lasciate appena intiepidire

e poi servite.

TEGLIA DI VERDURE CON UOVO

Impegno Facile

Tempo 40 minuti

Vegetariana

INGREDIENTI PER 2 PERSONE

300 g cavolo verza

100 g barbe di frate

15 g pangrattato

15 g Parmigiano Reggiano Dop

2 uova – 1 cipollotto

olio extravergine di oliva

sale – pepe

Mondate la verza e affettatela.

Sbucciate il cipollotto e tagliatelo a fettine sottili nel senso della lunghezza.

Mondate accuratamente le barbe di frate.

Raccogliete tutte le verdure in una ciotola e conditele con olio, sale e pepe.

Distribuitele in una placchetta adatta alla friggitrice ad aria e foderatela di carta da forno e cuocete a 180 °C per 15 minuti.

Mescolate il pangrattato con il parmigiano.

Aprirete il cestello, rompete le 2 uova sopra le verdure, cuocete per altri 2 minuti.

Aprirete nuovamente e completate con il mix di pangrattato e parmigiano e completate la cottura in 2 minuti.

GNOCCHI ALLA ROMANA ALLA MANIERA SORRENTINA

Impegno Facile

Tempo 40 minuti

più 1 ora di raffreddamento

Vegetariana

INGREDIENTI PER 4 PERSONE

PER IL SEMOLINO

1 litro latte

250 g semolino – 50 g burro

50 g Parmigiano Reggiano Dop

2 tuorli – noce moscata

sale – pepe

PER CONDIRE

400 g passata di pomodoro

200 g mozzarella fior di latte

125 g scamorza affumicata

1 scalogno – basilico

Parmigiano Reggiano Dop

olio extravergine di olio – sale

PER IL SEMOLINO

Fate sciogliere il burro nel latte con sale e pepe, senza arrivare a bollore, versate il semolino a pioggia e mescolate con la frusta fino a che non si sarà rappreso sulla fiamma al minimo. Togliete dal fuoco, unite i tuorli, il parmigiano e la noce moscata.

Distribuite il semolino su un vassoio così da ottenere uno strato spesso circa 2 cm, coprite con la pellicola e fate raffreddare. Poi ritagliate in dischi aiutandovi con un tagliapasta (ø 6 cm). Per velocizzare la ricetta potete usare del semolino pronto da tagliare a fette, in vendita in tutti i supermercati.

PER CONDIRE

Fate appassire lo scalogno in casseruola con un filo di olio, poi unite la passata, qualche fogliolina di basilico e cuocete sulla fiamma



SARA FOSCHINI

La nostra responsabile di cucina si è cimentata in queste ricette usando la friggitrice ad aria: la sua esperienza di cuoca di casa l'ha guidata nel renderle festose, ghiotte e facili.

al minimo per 10-12 minuti.

Grattugiate grossolanamente la scamorza.

Distribuite un paio di cucchiainate di salsa di pomodoro nelle 2 pirofile, poi fate uno strato di scamorza affumicata, poi di rondelle di semolino intervallate con fettine di mozzarella e ripetete: salsa di pomodoro, scamorza, semolino, mozzarella.

Infornate a 200 °C per 10 minuti.

Aprite il cestello, spolverizzate generosamente con parmigiano grattugiato e completate la cottura in 5 minuti.

Sfornate e servite decorando con qualche fogliolina di basilico fresco.

COSCE DI POLLO MARINATE ALLO YOGURT E CAVOLINI DI BRUXELLES

Impegno Facile

Tempo 40 minuti
più 3 ore di marinatura

INGREDIENTI PER 6 PEZZI

6 cosce di pollo

1 limone – yogurt greco
olio extravergine di oliva
miele di acacia
pepe rosa – pepe nero – sale

Mescolate 3 cucchiaini di yogurt, con poco olio, il succo del limone, 2 cucchiaini di miele, sale e un cucchiaino di bacche di pepe rosa e nero pestate.

Disponete le cosce di pollo in una pirofila e ricopritele con lo yogurt, massaggiatele in modo che si distribuisca in modo uniforme, sigillate la pirofila e fate marinare per 2-3 ore in frigo.

Mondate i cavolini di Bruxelles e divideteli a metà. Raccoglieteli in una ciotola a conditeli con olio, sale e pepe ed erbe aromatiche a piacere.

Disponete le cosce di pollo nel cestello della friggitrice ad aria e cuocete a 200 °C per circa 25 minuti, voltandole ogni tanto.

Raccogliete e filtrate lo yogurt rimasto della marinatura e riducetelo sul fuoco in una piccola padella fino a ottenere un sugo cremoso.

Cuocete contemporaneamente i cavolini nell'altro cestello per 10-15 minuti, muovendoli ogni tanto.

Sfornate le cosce di pollo, accomodatele nei piatti e completate con il sugo ridotto e con i cavolini di Bruxelles.

LE NOVITÀ

Da quando è stata lanciata, la friggitrice ad aria è stata un immediato successo che non sembra tramontare. Sarà perché davvero con qualsiasi modello si usa pochissimo olio e le cotture sono più salutari, sarà perché cuoce rapidamente, sarà perché la crosticina croccante è sempre irresistibile. Ecco una piccola panoramica delle ultime uscite sul mercato.



TUTTO IN TAVOLA

Con la Airfryer con doppio cestello (di due dimensioni) **Philips** Serie 3000 potrete preparare in contemporanea il piatto forte e il contorno, oppure il dolce programmando le cotture in modo che si completino insieme. philips.it

EFFICIENTE E PRATICA

Ha otto programmi e una grande attenzione al risparmio energetico (consuma fino al 70% in meno rispetto a un forno tradizionale), la tecnologia RealAir permette all'aria di circolare in modo uniforme e il cassetto antiaderente va in lavastoviglie. Il nome? MultiFry 3 di **Braun**. braun.com



SI VEDE DENTRO

Con il modello 51586 di **Brandani** ogni preparazione è più facile perché la si può controllare comodamente attraverso il vetro e regolare attraverso il display digitale. Ha 16 programmi e un doppio sistema di riscaldamento. shop.brandani.it

C'È ANCHE IL VAPORE

La scelta delle ricette si amplia con la friggitrice **Electrolux** con vapore Serie 800 grazie alla possibilità di integrare con il vapore. E la funzione di mescolamento integrato avvisa quando è necessario «dare una girata» alle pietanze. electrolux.it



SAPORE IN VERTICALE

Design salva-spazio con doppio cestello di cottura in verticale. La **Ninja** double stack XL Cuoce fino a quattro ricette contemporaneamente e ha sei programmi: frittura ad aria, crisp, cottura arrosto, cottura al forno, essiccazione e riscaldamento. ninjakitchen.it

LA MISURA PERFETTA

Sufficientemente grande da cuocere un pollo (con crosticina croccantissima), è ideale anche per cuocere porzioni più piccole. La XXL Digital Air Fryer **Nutribullet** ha una capacità di 7 litri, cuoce, disidrata e riscalda. nutribullet.com



200 RICETTE e segreti per stupire in cucina



*Acquistalo
subito qui
a soli € 19,90*



*Un volume da collezione che raccoglie le migliori ricette,
divise per regione e per ingrediente. Tecniche di base e avanzate,
sorprendenti segreti culinari e molto di più.*

CONDÉ NAST



COME SI FA

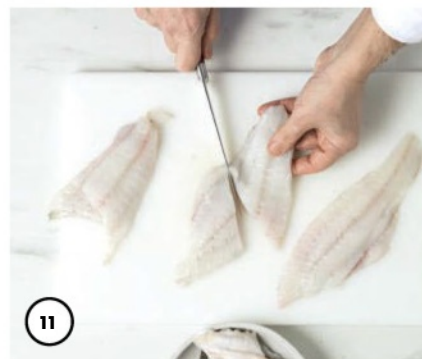
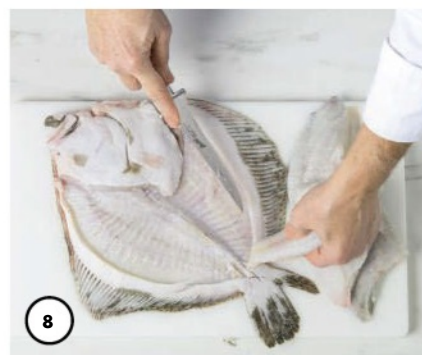
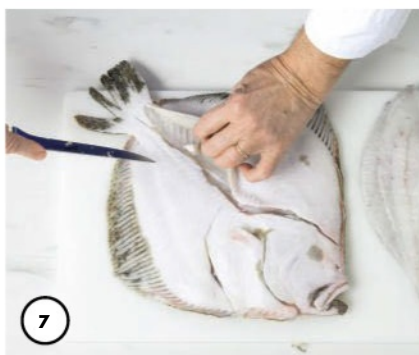
IL ROMBO

Corpo piatto, forma geometrica inequivocabile, carni compatte e raffinate. Ecco come sfilettarlo e non sprecarne neanche una lisca

RICETTE **WALTER PEDRAZZI**, TESTI **ANGELA ODONE**, FOTO **DAVIDE MAESTRI**, STYLING **BEATRICE PRADA**

SFILETTARE

Ricavare i filetti dal rombo è un'operazione che si realizza con tagli precisi, aiutati da un coltello a lama sottile ed elastica



1. Praticate due tagli abbastanza profondi a forma di V intorno alla testa sulla linea delle branchie.

2. Incidete lungo tutta la lisca centrale.

3. Incidete anche lungo la linea di attacco delle pinne lisce seguendone bene il contorno: si riconosce per una consistenza molle e cedevole, a differenza del filetto che è sodo.

4. Inserite la lama del coltello

di piatto, tra le lisce e la polpa e con piccoli movimenti regolari staccate delicatamente il filetto.

5.6. Procedete allo stesso modo per staccare anche il secondo filetto, cioè penetrando con la lama dalla lisca centrale verso l'esterno.

7.8. Voltate il rombo e ricavate gli altri due filetti, praticando gli stessi tagli.

9. Per spellare i filetti fate così: incidete con un piccolo taglio

la polpa verso la fine del filetto, inserite la lama di piatto, tenete saldamente la pelle aiutandovi con un pezzetto di carta da cucina così che non sia troppo scivolosa e separate la polpa dalla pelle, a partire dalla coda verso la testa.

10.11. Rifilate i bordi per eliminare le parti molto sottili, cioè quelle che erano in corrispondenza delle pinne, e dividete a metà i filetti così da facilitare e uniformare la cottura.

Filetti croccanti con broccoli e cime di rapa

IMPEGNO MEDIO

TEMPO 1 ORA

PER 4 PERSONE

1,5 kg 1 rombo

320 g cime di rapa già lessate

300 g cimette di broccoli lessati

2 uova – 1 spicchio di aglio

pangrattato limone

semi di girasole

farina – pepe – burro chiarificato

peperoncino – sale

olio extravergine di oliva

Tritate grossolanamente un paio di cucchiaini di semi di girasole e mescolateli con 5-6 cucchiaini di pangrattato. Distribuite questo mix in un piatto piano.

Sbattete le uova con poco sale in un altro piatto piano.

Ricavate i filetti come spiegato qui a fianco, poi passateli nella farina, in seguito nelle uova e infine nel pangrattato.

Saltate in padella le cime di rapa con olio, aglio e peperoncino,

poi frullate con un filo di olio, un paio di cucchiaini di acqua e sale. Rosolate nella stessa padella le cimette di broccolo con olio e sale. Rosolate i filetti di rombo impanati nel burro chiarificato fino a che non saranno dorati e croccanti. Distribuite la crema di cime di rapa e i broccoli rosolati nei piatti, accomodate i filetti croccanti di rombo e completate con una macinata di pepe e una grattugiata di scorza di limone.



UTILIZZARE TESTA E LISCHE

Con gli scarti del rombo potrete ottenere un fumetto per cuocere un risotto o un sugo saporito, ideale per condire un piatto di spaghetti

Fumetto

IMPEGNO FACILE

TEMPO 1 ORA E 15 MINUTI

PER 1 LITRO CIRCA

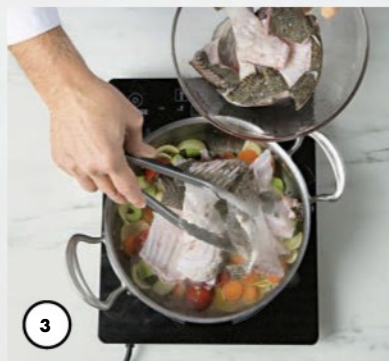
testa e lische del rombo

1-2 carote – 1 gambo di sedano

1 cipolla bianca – vino bianco secco

sale – pepe in grani

1.2. Raccogliete in una casseruola, fuori del fuoco, 1-2 carote a tocchi, 1 cipolla a fette, 1 gambo di sedano a tocchi, la testa e le lische del rombo, sale, qualche grano di pepe e a piacere altre erbe aromatiche come alloro e prezzemolo. Bagnate con 1 litro di acqua e mezzo di vino. Portate sul fuoco e cuocete per 40-50 minuti dal bollore. Spegnete, lasciate intiepidire, poi filtrate attraverso un colino a maglia fine. Questo fumetto sarà ottimo per cuocere un risotto di mare o per irrorare un grosso pesce brasato in forno.



Spaghetti al profumo di rombo

IMPEGNO FACILE

TEMPO 1 ORA E 15 MINUTI

PER 4 PERSONE

testa e lische di 1 rombo

320 g spaghetti

6-8 pomodorini ciliegia

1-2 carote

1 gambo di sedano

1 cipolla bianca

timo

aglio

concentrato di pomodoro

olio extravergine di oliva

prezzemolo tritato

sale

pepe

1. Raccogliete in una casseruola la cipolla a fettine, il gambo di sedano a tocchetti, i pomodorini divisi a metà, mezzo spicchio di aglio, qualche rametto di timo (oppure un'altra erba aromatica a piacere) e le carote a rondelle con un filo di olio, sale e pepe.

2.3. Arrostiti tutto sulla fiamma vivace, così che si formi un po' di crosticina dorata sulle verdure, poi aggiungete la testa e le lische del rombo e proseguite tostando bene tutto per qualche minuto ancora. Bagnate con un litro di acqua, unite un cucchiaino di concentrato di pomodoro, riducete la fiamma e cuocete per 45 minuti mescolando e schiacciando bene le lische e la testa in modo da romperli.

4. Passate tutto al passaverdura, raccogliete il sugo in una padella e riportate sul fuoco, per farlo ritirare di circa $\frac{1}{3}$. Unite a questo punto un filo di olio e, se vi piace, un pezzettino di peperoncino. Lessate gli spaghetti al dente, scolateli direttamente nella padella del sugo e completate lì la cottura unendo ancora un filo di olio e un trito generoso di prezzemolo. Servite gli spaghetti completando con altro prezzemolo fresco.



Piatto fondo **Ceramiche Nicola Fasano**,
piatto piano **La Fornacina Keramik Studio**, forchetta
Sambonet. Nella foto
di apertura, coltello
per sfilettare **Berkel**.

IL MEGLIO AL MERCATO



CAVOLO NERO

Per stupire fate il pesto veloce. Scottate 200 g di foglie di cavolo nero pulite in acqua bollente salata, per 5 minuti. Raffreddatele e scolatele, poi frullatele con 150 g di olio extravergine di oliva, 50 g di parmigiano grattugiato, 20 g di pinoli, ottenendo il pesto.



PESCI NEL MAR MEDITERRANEO

TUTTO L'ANNO

CEFALO
NASELLO
OCCHIATA
PAGELLO
PESCATRICE
ROMBO

SCIABOLA
SCORFANO
SGOMBRO
MORMORA
ZERRO
SUGARELLO
SAN PIETRO

DI STAGIONE

PAGELLO
FRAGOLINO
PALAMITA
POLPO
ROMBO CHIODATO
SARDINA

SEPIA
TRIGLIA
VONGOLA
TONNO ROSSO
SARAGO
MAZZANCOLLE
OMBRINA

IL PAESE DELLE RARITÀ

LIGURIA



ASPARAGO VIOLETTO DI ALBENGA

Si raccoglie da metà marzo ed è inconfondibile per i turioni viola acceso, determinati da un particolare patrimonio genetico che trova condizioni ideali nella Piana di Albenga. Morbido e meno fibroso degli altri asparagi, è ottimo in purezza.

PIEMONTE



CEVRIN DI COAZZE

È una robiola tonda con crosta rugosa, prodotta nel periodo di pascolamento in provincia di Torino con il latte di una razza particolare di capra, la Camosciata delle Alpi, misto a latte di vacca. Ha profumo intenso e sapore burroso, leggermente piccante.

ABRUZZO



VENTRICINA DEL VASTESE

È un insaccato che si produce in questa zona dal 1880. Si prepara con carne di maiale, sale, peperone e spezie, insaccata nello stomaco, il ventre appunto, che dà il nome al salume e anche la sua tipica forma ovoidale. Asciugato e stagionato è tipico delle feste.



IN DISPENSA



1



2



3



4



5



6



7



8



9



10

1. Cioccolato fondente da degustare o da utilizzare nelle ricette: la tavoletta Dark di **Caffarel** è extra fondente 75%, con note tostate e speziate.

2. Le patate **Selenella** sono coltivate in Italia da filiera certificata, con metodi sostenibili e risparmio di acqua. A pasta gialla, sono ricche di selenio, un antiossidante utile per il nostro benessere.

3. I taralli di **Baule Volante** sono biologici, semintegrali e aromatizzati al finocchio

selvatico, preparati con una ricetta vegana.

4. Il riso **Reperso**, prodotto solo nella zona di Vercelli, è una varietà ottenuta dalla riscoperta di specie risicole antiche, e si distingue per la grandezza dei chicchi che regala una naturale cremosità in cottura.

5. Ingrediente immancabile per tiramisù e charlotte, i savoiardi Vicenzovo sono prodotti da **Matilde Vicenzi** sin dalla fondazione dell'azienda.

6. La **Fontina Dop**, tra i più conosciuti formaggi italiani, si produce in Valle d'Aosta in tre tipologie: oltre alla classica, c'è la Fontina Dop Lunga Stagionatura e la Fontina Dop Alpeggio.

7. La pasta sfoglia stesa **Esselunga** è già pronta all'uso, direttamente con la carta da forno nella quale è arrotolata. È disponibile sia rettangolare sia rotonda.

8. In attesa del nuovo raccolto primaverile, i piselli finissimi di **Oroget**, surgelati entro due ore dalla raccolta, sono perfetti per minestrone e contorni.

9. Il mascarpone è grande protagonista nella crema tiramisù, come vedete nel nostro servizio dedicato. Questo è prodotto dall'azienda marchigiana **Sabelli**, fondata nel 1921.

10. Lo zucchero **Zefiro** di **Eridania** è extrafine: i suoi cristalli si sciolgono all'istante, perfetto per impasti soffici e creme senza grassi.

LA NOVITÀ

Arriva la nuova linea «Praticamente Legumi» di **Alce Nero** che si propone di rilanciare l'utilizzo di questi preziosi ingredienti in modo facile e veloce.

Si tratta di preparati per pancake, polpette, zuppa di legumi e sugo con legumi: quattro prodotti per servire in poche mosse piatti gustosi e salutarci per pranzo. E a colazione.



I NOSTRI PARTNER

Ringraziamo le aziende che hanno collaborato alla realizzazione dei nostri servizi

Alce Nero alcenero.com
Argea shop.argea.com
Baule Volante baulevolante.it
Berkel theberkelworld.com
Brandani shop.brandani.it
Braun braun.com
Caffarel caffarel.com
Cavit cavit.it
Ceramiche Nicola Fasano fasanocnf.it
Cons. del Formaggio Parmigiano Reggiano parmigianoreggiano.com
Consorzio del Prosciutto di Parma prosciuttodiparma.com
Consorzio del Prosciutto di San Daniele prosciuttosandaniele.it
Consorzio dell'Asti DOCG astidocg.it
Consorzio di Tutela Pera dell'Emilia Romagna IGP peradellemiliaromagnaignp.it
Consorzio Produttori e Tutela della Fontina fontina-dop.it
Coperta Studio @coperta_studio
Dabass dabass.superbexperience.com
Eataly eataly.net
Electrolux electrolux.it

Eridania eridania.it
Esselunga esselunga.it
Eurospin eurospin.it
Giacomo Bistrot giacomomilano.com
Gruppo Italiano Vini gruppoitalianovini.it
La Fornacina Keramik Studio lafornacinakeramikstudio.com
Le Creuset lecreuset.it
Maisons du Monde maisonsdumonde.com
Matilde Vicenzi matildevicenzi.it
Motel a Miio motelamiio.com
Ninja ninjakitchen.it
Novità Home novitahome.com
Nutribullet nutribullet.com
Orologi orologi.it
Philips philips.it
Reperso reperso.it
Riedel riedel.com
Sabelli sabelli.it
Sambonet sambonet.com
Selenella selenella.it
Serena Wines 1881 serenawines.it
Villa Sandi villasandi.it
Virginia Casa virginiacasa.it
Zara Home zarahome.com

Errata corrige. Nel servizio *Notizie di cibo*, a pag. 15 del numero di febbraio, lo chef Stéphane Petit è erroneamente indicato come chef de Il Ristorante Alain Ducasse, presso l'Hotel Romeo di Roma. Oggi la cucina è guidata da Alain Ducasse. Ci scusiamo con i diretti interessati e con i lettori.

Servizio Abbonamenti Per informazioni, reclami o per qualsiasi necessità, si prega di telefonare al n. 02 86 80 80 80, oppure scrivere una e-mail a abbonati@condenast.it.

Subscription Rates Abroad For subscriptions orders from foreign countries, please visit abbonatiqui.it/subscription. For further information please contact our Subscription Service: phone +39 02 86 80 80 80 - e-mail: abbonati@condenast.it. Prices are in Euro and are referred to 1 year subscription.

MAGAZINE	ISSUES PER YEAR	EUROPE AND MEDIT. COUNTRIES (ORDINARY MAIL)	AFRICA/AMERICA ASIA/AUSTRALIA (AIR MAIL)
AD	10	€ 80,00	€ 135,00
GQ	8	€ 45,00	€ 72,00
TRAVELLER	4	€ 28,00	€ 39,00
VOGUE ITALIA	12	€ 108,00	€ 185,00
VANITY FAIR	42	€ 146,00	€ 208,00
LA CUCINA ITALIANA	12	€ 103,00	€ 149,00

International distribution: A.I.E. - Agenzia Italiana di Esportazione Srl - Via Manzoni, 12 - 20089 ROZZANO (MI) Italy - Tel. +39 02 5753911 - Fax. +39 02 57512606 - e-mail: info@aie-mag.com

CONDÉ NAST

PUBLISHED BY CONDÉ NAST

Chief Executive Officer **Roger Lynch**
 Chairman of the Board **Jonathan Newhouse**
 Chief Revenue Officer **Elisabeth Herbst-Brady**
 Chief Content Officer **Anna Wintour**
 Chief Financial Officer **Nick Hotchkiss**
 Chief People Officer **Stan Duncan**
 Chief Communications Officer **Danielle Carrig**
 Chief of Staff **Samantha Morgan**
 Chief Product & Technology Officer **Sanjay Bhakta**
 Chief Content Operations Officer **Christiane Mack**

WORLDWIDE EDITIONS

France: AD, GQ, Vanity Fair, Vogue
Germany: AD, Condé Nast Traveller, Glamour, GQ, Vogue
India: AD, Condé Nast Traveller, GQ, Vogue
Italy: AD, Condé Nast Traveller, GQ, La Cucina Italiana, Vanity Fair, Vogue, Wired
Japan: GQ, Vogue, Wired
Mexico and Latin America: AD, Glamour, GQ, Vogue, Wired
Middle East: AD, Condé Nast Traveller, GQ, Vogue
Spain: AD, Condé Nast Traveller, Glamour, GQ, Vanity Fair, Vogue
Taiwan: GQ, Vogue
United Kingdom: Condé Nast Johansens, Condé Nast Traveller, Glamour, GQ, House & Garden, Tatler, The World of Interiors, Vanity Fair, Vogue, Vogue Business, Wired
United States: AD, Allure, Ars Technica, Bon Appétit, Condé Nast Traveler, epicurious, Glamour, GQ, LOVE, Pitchfork, Self, Teen Vogue, Them, The New Yorker, Vanity Fair, Vogue, Wired

PUBLISHED UNDER JOINT VENTURE

Brazil: Glamour, GQ, Vogue

PUBLISHED UNDER LICENSE OR COPYRIGHT COOPERATION

Adria: Vogue
Australia: GQ, Vogue
Bulgaria: Glamour
China: AD, Condé Nast Traveler, GQ, Vogue
Czech Republic and Slovakia: Vogue, Wired
Greece: Vogue
Hong Kong: Vogue
Hungary: Glamour
Korea: Allure, GQ, Vogue
Middle East: Wired
Philippines: Allure, Vogue
Poland: AD, Glamour, Vogue
Portugal: GQ, Vogue
Scandinavia: Vogue
Singapore: Vogue
South Africa: Glamour, GQ, House & Garden
Thailand: GQ, Vogue
The Netherlands: Vogue
Turkey: GQ, Vogue
Ukraine: Vogue

LA CUCINA ITALIANA

Direttore Responsabile: Maddalena Fossati Dondero. Copyright © 2025 per le Edizioni Condé Nast S.p.A. Registrazione del Tribunale di Milano n. 2380 del 15.6.1951. La Edizioni Condé Nast S.p.A. è iscritta nel Registro degli Operatori di Comunicazione con il numero 6571. Tutti i diritti riservati. Poste Italiane S.p.A. - Spedizione in abbonamento postale - Aut. MBPA/LO-NO/062/A/P/2018 - ART. 1 COMMA 1 - LO/MI. Distribuzione per l'Italia: SO.D.I.P. S.r.l. via Bettola 18, 20092 Cinisello Balsamo (Mi), tel. 02.660301, fax 02.66030320. Distribuzione Estero Sole Agent for Distribution Abroad A.I.E. - Agenzia Italiana di Esportazione SpA, via Manzoni 12, 20089 Rozzano (Milano), tel. 025753911, fax 02 57512606. www.aie-mag.com. Stampa: ELCOGRAF S.p.A., via Arnoldo Mondadori 15, Verona (VR) - Printed in Italy. Numeri arretrati: Il prezzo di ogni arretrato è di € 9,00 comprensivo di spese di spedizione. Per avere informazioni sulla disponibilità degli arretrati di La Cucina Italiana telefona al 039/5983886, dalle 9.00 alle 12.30 e dalle 14.00 alle 18.00 dal lunedì al venerdì, oppure consulta il sito: <https://lacucinaitaliana.sfogliare.it/>



Questo periodico è iscritto alla Federazione Italiana Editori Giornali

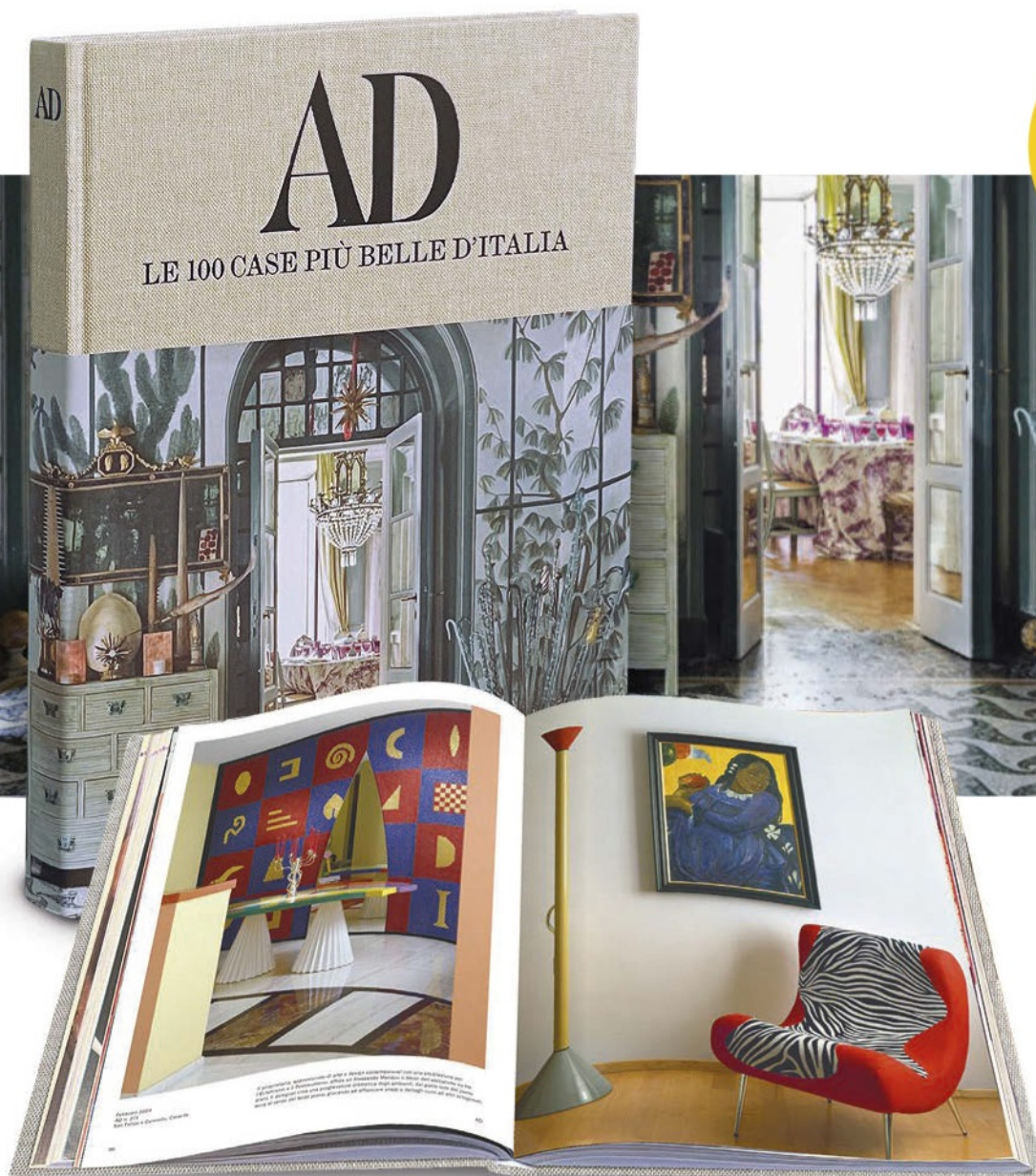
Accertamenti Diffusione Stampa Certificato n. 9278 del 06-03-2024



LE 100 CASE PIÙ BELLE D'ITALIA

in un libro da collezione

7^a
RISTAMPA



Acquista
subito qui
la tua copia

Una meravigliosa raccolta fotografica racconta 40 anni di storia del design e dell'arredamento italiano. Con i contributi di Alessandro Baricco, Enzo Biagi, Andrea Camilleri, Vittorio Gassman, Dacia Maraini e Primo Levi.

CONDÉ NAST

I MENÙ DI MARZO

*Divertitevi a comporre i vostri preferiti combinando le ricette di questo numero.
Noi ve ne suggeriamo alcuni: per pranzi e cene adatti a tutti i gusti*



BUFFET DI PRIMAVERA

Tartellette con robiola, cipolla e timo limone pag. 63

+ Involtoni impanati di maiale, prosciutto e fontina pag. 80

+ Torta della nonna con sciroppo di rose pag. 48

GHIOTTO

Ravioli fritti di pollo con chutney di mele pag. 58

+ Linguine con 'nduja, gamberi e stracciatella pag. 67

+ Baba-misù pag. 103



GOURMET

Millefoglie di zucchine, pesto di crescione e ricotta mustia pag. 63

+ Gran bollito misto pag. 92

+ Semifreddo al mascarpone con cuore di pan di Spagna e caffè pag. 103

VEGETARIANO

Crostoni con rape e pecorino pag. 59

+ Polpettone con verdure, spinaci e caciocavallo pag. 76

+ Croccante di mandorle con cremoso e pere pag. 89



PROFUMO DI MARE

Mazzancolle marinate con vinaigrette di mela pag. 63

+ Filetti di rombo croccanti con broccoli pag. 121

+ Financier al cioccolato pag. 89



ASOLI5'
dalla metro
Repubblica

**CAMELIA'S
YARD**

M Repubblica

Bastioni di P.ta Venezia
Giardini Pubblici

**Camelia's Yard è un
cortile segreto, un piccolo angolo
nascosto in un cuore metropolitano.**

È una passeggiata lenta che dai quartieri
della "vecchia Milano" conduce alle contaminazioni
della moderna "Milano da bere."

Camelia's Yard è dove la cultura del buon cibo
e del buon bere si incontra con l'estro creativo,
per dare vita a un luogo sospeso nel tempo.



CAMELIA'S YARD

MILANO SOCIAL BISTRÒ

Via Ugo Tarchetti 2 - 20121 Milano

INFO E PRENOTAZIONI

02 63351 | cameliasyard@nh-hotels.com

cameliasyard.com



Ogni anno, nei Palii del Parmigiano Reggiano sul territorio d'origine si valutano le forme 24 e 40 mesi. Tredici dei quasi trecento caseifici hanno ricevuto il premio Casello D'Oro 2025: un tributo al sapere artigianale e alla passione senza tempo del Parmigiano Reggiano.



Scopri di più
sul Casello D'oro Awards
2025 a Londra

**PARMIGIANO
REGGIANO**

parmigianoreggiano.com

Quello vero è uno solo.